



Tibetan Buddhist Resource Center

Text Scan Input Form - Title Page

|              |          |                    |          |
|--------------|----------|--------------------|----------|
| <b>Work:</b> | W3CN9756 | <b>ImageGroup:</b> | I3CN9758 |
| <b>LCCN:</b> | n/a      | <b>ISBN:</b>       | n/a      |

|                              |                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Title:</b>                | རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ལམ་སྟོན།<br>rje btsun mi la ras pa'i rnam thar thar pa dang thams cad mkhyen pa'i lam<br>ston/                                                               |
| <b>Author:</b>               | གཙང་སྟོན་ཧེ་རུ་ཀ་རུས་པའི་རྒྱན་ཅན།<br>gtsang smyon he ru ka rus pa'i rgyan can                                                                                                                                     |
| <b>Descriptor:</b>           | copy made available from the library of tibetan works and archives; ltwa acc. no. D29612                                                                                                                          |
| <b>Original Publication:</b> | n/a;n/a                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Place:</b>                | Taiwan                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Publisher:</b>            | The corporate body of the buddha educational foundation                                                                                                                                                           |
| <b>Date:</b>                 | 2003                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Volume:</b>               | 1                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Total Volumes:</b>        | 1                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>TBRC Pages:</b>           | 2                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Introductory Pages:</b>   | n/a                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Text Pages:</b>           | n/a                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Scanning Information:</b> | Scanned at M/S Satluj Infotech Images, E-45, Sector 27 Noida, District Gautam Buddha Nagar, U.P. 201301 via New Delhi, IN for the Tibetan Buddhist Resource Center, 150 17th st., New York, NY 10011, U.S.A 2006. |





༥ རྣམ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕུག་དམ་པ་ཇེ་བཅུ་མ་མི་ལ་རས་པའི་

རྣམ་ཐར་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁུན་པའི་

ལམ་སྟོན།

ཚུམ་པ་པོ།

རྣམ་འབྱོར་པ་རུས་པའི་རྒྱན་ཅན།



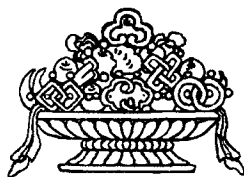


༄༅། རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕྱུག་དམ་པ་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པའི་  
རྣམ་ཐར་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མ་བྱེན་པའི་  
ལམ་སྟོན་བཞུགས་སོ།།

Printed and donated for free distribution by  
**The Corporate Body of the Buddha Educational Foundation**  
11F., 55 Hang Chow South Road Sec 1, Taipei, Taiwan, R.O.C.  
Tel: 886-2-23951198 , Fax: 886-2-23913415  
Email: [overseas@budaedu.org](mailto:overseas@budaedu.org)  
Website: <http://www.budaedu.org>  
**This book is strictly for free distribution, it is not for sale.**  
Printed in Taiwan

# ༼དཀར་ཆག༽

|                                                                 |     |
|-----------------------------------------------------------------|-----|
| མཆོད་བཅོེད།                                                     | ༡   |
| རྣམ་ཐར་གྱི་ཆེ་བཅོེད།                                            | ༩   |
| ཐུན་མོང་གྲིང་པ་འཛིག་རྟེན་པའི་མཛོད་པ།                            |     |
| དང་པོ། མྱོང་གཞི་དང་སྐྱབས་ལྗེ་མས་པ།                              | ༩   |
| གཉིས་པ། སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་བདེན་པ་ལྟུང་གི་རྟེན་གསུམ་ཉམས་སུ་བཞེས་པ། | ༡༥  |
| གསུམ་པ། དབྱེ་བོ་ཆོར་བཅད་པ།                                      | ༢༡  |
| མཆོག་གྲུ་རྒྱུ་ཞི་བ་ལྷ་པོ་འདས་པའི་མཛོད་པ།                        |     |
| དང་པོ། རྣམ་དང་ཞལ་མཛལ་པ།                                         | ༣༩  |
| གཉིས་པ། སྤྱི་གྲྭ་བཅའ་ལུས་སྤྱུངས་པ།                              | ༤༤  |
| གསུམ་པ། དབང་དང་གདམས་པ་གསལ་པ།                                    | ༥༡  |
| བཞི་པ། ཉམས་རྟོགས་ཀྱི་སྤྱུ་གུ་འབྱུངས་པ།                          | ༥༥  |
| ལྔ་པ། རང་ལྟུང་དུ་ཐེབས་པ།                                        | ༦༤  |
| དྲུག་པ། སྐྱབས་པ་ལ་ཡི་དམ་བཅས་པ།                                  | ༡༠༠ |
| བདུན་པ། ཡོངས་མེད་དུ་རིལ་བསྐྱོམས་པ།                              | ༡༠༩ |
| བརྒྱད་པ། བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་བཏགས་པའི་མཛོད་པ།                | ༡༢༢ |
| དགུ་པ། གཞུགས་སྐྱོལ་ཆོས་དབྱིངས་སུ་ཐིམ་པ།                         | ༡༥༩ |
| དཔར་བྱང་སྒྲིན་ཆོག་                                              | ༢༠༠ |







ཡིག་ཤེད་རྩམ་སྒྲུབ་ཀྱི་ལ་དྲུག་པའི་མཁུ་སྒྲིལ་བརྒྱུད་ཡི་མཁུ་སྒྲིལ་ཏེ།

༡༡། རྣམ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕུག་དམ་པ་ཐེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པའི་  
རྣམ་ཐར་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ལམ་སྟོན།

ནམ་གུར། ཆོས་སྐུའི་ལྷ་ལམ་མ་དེ་གཙུག་ལྷོ་ནས་དོད་བྱེད་སྐྱེད་པ་ཐུགས་སྐྱེད་  
ལག་པའི་ཉིན་མཚན་མགོ་ནི་བདུད་རླུང་གི་སྒྲིག་ཅན་ཅུ་བྱེད་འཕྲིན་ལས་མཁྱེན་བཅེད་འོད་འབྱེད་  
མཐའ་ཡས་དཔལ་འབར་བས། །ཤེས་བྱའི་དངོས་ཀྱི་ཁྱབ་ཅིང་འགྲོ་བ་དེ་གསལ་ལོ་ལམ་རྒྱུད་  
དབང་པོ་སྐྱེ་གནས་དུས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་སྟོག་ལྷན་ཀུན་གྱི་ཆོས་ལ་རྒྱུ་རྒྱུ་པའི་སྟོ་བྱུར་ལུན་པ་  
མཐའ་དག་རབ་བསལ་ནས། །དུག་མདའི་དབང་གིས་སྒྲིམ་མི་དགོ་སྟོགས་དང་མཚམས་བྱེད་  
ཡུང་པོས་འཕངས་པའི་ལམ་དུ་ཐུགས་དང་འཕྱུར་ཐུགས་འབྲས་ཆོར་བ་ཉམས་སྦྱོར་ཀུན་  
ལས་ཕྱིར་ལྟོག་བདེ་བར་ངལ་བསོས་ཏེ། སྤྱིར་ཡང་རྣམ་བྱུང་རྒྱུ་ལམ་དག་ལ་བཀོད་ནས་  
འབྲས་བུ་དབང་ཕུག་ཀྱི་ལྷན་ཆོ་འདིར་སྦྱོལ་མཛད་མཁའ་མཉམ་འགྲོ་བའི་དཔལ་མགོན་མི་ལ་  
ཞེས་གྲགས་སྟོབས་བཅུ་མང་བདེ་ལ་འདུད། །ཁྱོད་ཐུགས་ཐུགས་ཐེད་ཆུ་གཏིར་འཕྲིན་ལས་  
འགྲོ་དོན་རྒྱ་བས་འཐོར་ལས་ཡེ་ཤེས་ཐེགས་དང་དད་སོགས་ནོར་བུས་བདག་སྒྲིམ་གྱིས་རབ་  
གང་ཉིན་མོངས་ཆད་གདུང་དབུལ་མོངས་ཀུན་བསལ་བས། །མེད་ལྷན་སྐྱེ་བོས་རྒྱན་སྤྲེས་  
བཟང་མོ་དབེན་བར་བཏུས་ཆོ་ཆངས་སྦྱོར་སྦྱོར་ཡང་ཡང་ཆོད་དཔལ་གཟིས་བསྟོད་བསྟེན་བསྐྱུར་  
ཅོམ་ལའང་བཟོད་སྒྲགས་བྱེད་ལྟེན་དུ་དགའ་བས་དགའ་བ་ལྟར། རྣམ་ཐར་ཡིད་  
འཕྲོག་མཛོས་མ་ཐུགས་ཐེད་རྒྱན་སྤྲེས་སྤྲེས་ལྷན་ན་བར་ལྷུང་ཆོག་པ་བར་སྒྲོམ་ཡང་རོ་མཚར་  
དཔལ་གཟིས་མོང་འཕྱུར་གང་རྒྱུངས་ཤོར་ཕྱིར་འཕྲལ་དུ་ཡིག་པའི་དགའ་སྟོན་འབྱེད། །དེ་ཕྱིར་  
རྣམ་ཐར་ནོར་བུའི་གཤམ་རྒྱུའི་རིམ་དང་བཅོམ་སྟོས་རྒྱས་བྱི་དོར་བཅིས་ནས་འགྲོ་བའི་དོན་དུ་ཐུབ་  
བསྟན་རྒྱུ་མཚན་ཅེ་མོར་མཛོད་པས་སྒྲིམ་མཁའ་འགྲོས་གནད་དུ་གསོལ། །

## རྣམ་ཐར་གྱི་ཆེ་བཟློང་།

དེ་ཡང་བོད་གངས་ཅན་གྱི་ཁོད་འདིར་དང་པོར་མེ་འོངས་ལྷ་བུའི་འཁོར་བ་མཐའ་དག་གི་ཉེས་དམིགས་ལ་ཐུགས་སྐྱེ་ཞིང་རེས་པར་འབྱུང་བས་མཐོང་ཤིས་གྱི་ལྷ་ཚངས་པ་དང་བརྒྱ་བྱིན་གྱི་བདེ་བ་ལ་ཡང་སྟོན་པ་སྐད་ཅིག་ཅུ་ཡང་མེད་པའི་ཞེན་ལོག་དང་ལྡན་པ། བདེ་ཆེ་ལ་ལྷ་བུའི་ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡོན་ཏན་མཐོང་བས་ཡིད་འཕྲོགས་ཏེ་ཆོས་ཕྱིར་དུ་ལུས་སྟོག་གཏོང་བ་ལ་ཉམས་ང་དང་བག་ཚུང་ཟད་ཅུ་ཡང་མེད་པའི་དད་བརྩོན་ཤེས་རབ་སྒྲིང་རྒྱུ་ལྡན་པ། བར་དུ་སྒྲུ་མ་དམ་པས་རྗེས་སུ་བརྩུང་ཞིང་ཞལ་ནས་བྱུང་བའི་བདུད་རྩིད་བེན་པའི་རི་ཁྲོད་དུ་སྤངས་པས་ཉོན་མོངས་པའི་འཆིང་བ་ལས་གྲོལ་ཏེ་ཉམས་དང་རྟོགས་པའི་ལྷ་གྲུ་འབྱུངས་པ། འཛིག་རྟེན་སྒོམ་བཏང་གི་ཞེ་བཅད་དཀ་པོས་སྐྱབ་པའི་རྒྱལ་མཚན་ལྷུར་མཛོད་པའི་མིག་རྒྱུ་མཚོག་གིས་རྗེས་འཇུག་གི་སྐལ་ལྡན་རྣམས་འཛིག་རྟེན་གྱི་སྤང་ཞེན་དང་ལེ་ལོ་མེད་པར་ལམ་སྐྱབ་པའི་ལྷ་གཟེབས་པ། ཡིད་མཉམ་འཁའ་འགྲོས་རྗེས་སུ་བརྩུང་ནས་ལམ་གྱི་གོགས་སེལ་ཞིང་བོགས་བཏོན་པས་ཉམས་རྟོགས་གོང་འཕེལ་དུ་རྒྱས་ཏེ་ཆོས་ལ་རང་བྱམ་ཚུད་པ། བརྒྱད་པ་གོང་མ་ལ་མོས་གུས་མཐར་ཕྱིན་པས་ཐུགས་རྗེའི་བཀའ་བབས་ཏེ་བརྒྱད་པ་མཐའ་ཡས་ཤིང་མཉམ་པ་མེད་པའི་བྱིན་ལས་གྱི་རྟགས་མཚན་དང་ལྡན་པ། བྱང་རྒྱུ་མཚོག་ཏུ་ཐུགས་བསྐྱེད་རྒྱུ་ཆེ་ཞིང་ལྷགས་དཀ་པས་རྣམ་དཀར་གྱི་བག་ཆགས་མེད་པའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་གྱི་རྩ་བར་ཡང་གསུང་སྟོན་དང་མཚན་ལྷུང་བ་ཅིས་གྱིས་སྤང་བ་འགྱུར་ནས་དད་པའི་སྤྱོད་ཀྱི་ལོང་གཡོ་ཞིང་མཆིམ་འབྲུག་བཞིན་པའི་རང་ནས་བྱང་རྒྱུ་གྱིས་བོན་བསྐྱུན་ཏེ་འཁོར་བ་དང་རྩ་སོང་གི་འཛིགས་པ་མཐའ་དག་ལས་སྐྱོབ་རུས་པ། གསང་སྤྲུགས་པོ་ཉའི་ལམ་གྱི་གནད་ཟིན་པས་ཡེ་ཤེས་མཉམ་སྟོད་ཀྱི་རིག་མ་རྣམས་གྱིས་སྐྱལ་དགའ་བཞིའི་ཡེ་ཤེས་གྱི་བདེ་བ་བསྐྱེད་ཅིང་ལམ་སྐྱབ་པའི་གྲོགས་སུ་གྱུར་པ། མཐར་སྐྱིབ་གཉིས་ལ་སོགས་པའི་སྤང་བྱ་མཐའ་དག་དབྱིངས་སུ་དག་

པས་ཆོས་རྣམས་ཟད་སར་སྐྱོལ་བ། མཁུན་བཙེལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་མ་ལུས་པ་ཐུགས་ལ་  
 རྫོགས་པས་རང་བྱུང་གི་སངས་རྒྱལ་སུ་ལྷུར་ཏེ་གྲུབ་མཐའ་ཕྱིན་པའི་གང་ཟག་ཀུན་གྱི་རྩོད་པ་  
 དང་བྲལ་ཞིང་ཀུན་གྱི་ནང་ན་རྒྱལ་མཚན་གྱི་ཏྲིམ་ལྷ་བུར་ལྷུར་པ། སྤྱི་མེད་དོན་ཐེག་པའི་ལམ་  
 ལ་ལྷུར་དུ་བསྐྱབས་ཤིང་ཉམས་དང་རྟོགས་པ་མཐར་ཕྱིན་པ། ཆེ་བ་དཔའ་བོ་དང་མཁའ་  
 འགྲོས་བཟྃ་དཔྱིར་སྐྱོན་པའི་བ་དན་འཛིག་རྟེན་ཕྱོགས་བཅུ་ཀུན་ཏུ་གཡོ་བ། ཡས་བྱོན་གྱི་དགའ་  
 བས་རྒྱུད་མཐའ་ཡན་ཁྲབ་ཅིང་མས་བརྟན་གྱི་དགའ་བ་སྤྱི་གཙུག་ཏུ་སོན་པས་འབྲས་བུའི་དགའ་  
 བ་ལ་རེག་སྟེ་རྩ་གཙོ་མོ་གསུམ་དང་འཁོར་ལོ་བཞིའི་མདུད་པ་ཕྱ་རྟགས་ཐམས་ཅད་རང་སར་  
 གྲོལ་བས་དབུ་མའི་ངོ་བོར་ལྷུར་པ། དེའི་ཕྱིར་གསུང་རབ་མདོ་སྟེ་བཅུ་གཉིས་དང་རྒྱུད་སྟེ་  
 བཞིའི་དགོངས་དོན་མཐའ་དག་དོན་མཁྱེད་ལྷུར་ལེན་པ་ལ་ཐོགས་པ་མི་མངའ་བ། ལྷང་བ་ཐམས་  
 ཅད་ཆོས་སྐུར་ཤར་བས་སློབ་གཉིས་འཛིན་གྱི་སློར་མགོན་ས་བུད་པ། བྱང་རིག་པ་སེམས་ལ་  
 སློབ་གཉིས་བྱས་པས་ཕྱི་སྒྲུང་སྤྲིད་ཀྱི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་དཔེ་ཆར་ཤར་བ། མཁུན་བཙེལ་ལྷུས་  
 པ་དཔག་ཏུ་མེད་པས་དུད་འགྱོར་ལྷུར་པའི་སེམས་ཅན་ལ་ཡང་བྲིད་བཟབ་པས་སྤྲིན་གྲོལ་ལ་  
 འགོད་ལུས་པ། ཆོས་བརྒྱུད་ཀྱི་འདོར་ལེན་དང་གང་ཟག་གི་ངོ་འཛིན་བྲལ་བས་སྐྱེ་འགྲོ་ཀུན་གྱི་  
 སྤྱི་བོས་བཏུད་དེ་ལྷ་མིར་བཅས་པའི་འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་མཚན་གནས་སུ་ལྷམ་མེ་ལྷ་ནན་ལྷང་རེར་  
 བཞུགས་པ། ཟབ་མེད་ལམ་སློམ་པའི་བརྩོན་འགྲུས་མཚོགས་ཏུ་ལྷུར་པས་རང་དང་སྐལ་བ་  
 མཉམ་པའི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ཕྱག་གི་གནས་སུ་ལྷུར་ཏེ་འགྲན་རྒྱུ་ཐམས་ཅད་དང་  
 བྲལ་བ། ཉམས་སུ་ལྷོད་བའི་བདག་མེད་ཀྱི་སངས་པའི་ར་རྒྱུད་ཆེན་པོས་ལྷང་ན་གྱི་རི་དྲགས་  
 མཐའ་དག་ཟེལ་གྱིས་མནན་པས་ནམ་མཁའ་མཐའ་དབུས་མེད་པའི་གངས་རིའི་གློད་ན་སངས་པོ་  
 དཀར་མོ་སྐབ་མེད་དུ་འཕྱོད་པ། བྱང་ཟད་པར་གྱི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་མངའ་བརྟེན་པས་ཕྱི་འབྱུང་  
 བཞིའི་གཞོན་པ་ཐམས་ཅད་ཟེལ་གྱིས་མནན་ཞིང་དབང་དུ་མཛད་དེ་གྲོགས་སུ་ཤར་བ། ལྷུང་

སེམས་གྱི་དབང་དམ་པའི་ཕ་རོལ་ཏུ་སོན་པས་ནམ་མཁའ་ལ་བྱ་ལྟར་ལྷིང་བ་དང་འགོ་འཆག་  
 ཉལ་དང་འདུག་པའི་སྡོད་ལམ་སྟོན་ཅིང་། སྐྱུ་ལས་མེ་འབར་ཞིང་ཆུ་འབྲུག་པ་དང་འདོད་  
 དགུར་བསྐྱར་བ་ལ་སོགས་ཏེ་བཀོད་པ་ལུས་གྱི་རྩ་འབྲུལ་ཡམ་ཟུང་དུ་མས་ལོག་ལྟ་ཅན་གྱི་ལྟ་  
 བན་སྟུན་དབྱུང་ནས་ཡང་དག་པའི་ལྟ་སྟོན་སྡོད་འབྲས་ལ་འགོད་རུས་པ། དབང་བཞིའི་ཉམས་  
 ལེན་མཐར་ཕྱིན་པས་དྭེ་མེའི་ལུས་གྱི་ཡུལ་ཉི་ཤུ་ཙམ་བཞིལ་དཔལ་འབྱོར་དང་མཁའ་འགྲོ་སྟོན་བཞིན་དུ་  
 འདུ་ཞིང་དེ་དག་གི་ཚོགས་གྱི་བདག་པོ་ཏེ་རུ་ཀར་གྱུར་པ། ཉམ་ང་མེད་པའི་གདོང་དང་ལྗན་  
 པས་ལྟ་མ་སྟོན་སྟེ་བརྒྱུད་ཐེལ་གྱིས་མནན་ཏེ་བཀའ་བསྐྱབས་པས་འཕྱིན་ལས་རྣམ་བཞི་ལྟན་གྱིས་  
 གྲུབ་པ། དངོས་པོའི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་སྟོང་ཉིད་འོད་གསལ་གྱི་དོ་བོར་མ་ཁྱེན་ཅིང་སྟོབ་པའི་  
 བཟོ་བོ། ཡེ་ཤེས་ལྡའི་སྟན་སྡུར་གྱིས་དུག་ལྡའི་གཙོང་ནད་སྟུན་འབྱིན་པར་མཛད་པའི་སྟན་  
 པ། འབྱུང་བ་ཕྱིན་དག་རང་སྐྱས་ལེགས་ཉེས་གྱི་དོན་སྟོན་པ་ཀུན་དགོངས་ཤིང་དེ་ཐམས་ཅད་  
 གྲག་སྟོང་དུ་མ་ཁྱེན་པའི་སྐྱུ་མཁན། གཞན་སེམས་ལ་སོགས་ཏེ་གློག་གྱུར་གྱི་ཚོས་བཟང་དན་  
 ཐམས་ཅད་གསལ་ལེར་མ་ཁྱེན་ཅིང་ཤེས་བྱ་མཐའ་དག་བདག་མེད་དུ་མ་དོན་སྟུན་དུ་གཏན་ལ་  
 སབ་པའི་ཚད་མ་མཁན། སྤྱི་དངོས་པོའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་ནད་རིག་པ་སེམས་སུ་མ་ཁྱེན་ལ་  
 སེམས་གདོད་ནས་འོད་གསལ་སྐྱེ་མེད་སྟོང་པར་ཐོ་ཐག་ཚེད་ཅིང་དེ་འགག་མེད་དུ་ཤར་བའི་རང་  
 རྩལ་སྐྱུ་གསུམ་འབྲུལ་མེད་དུ་རང་གོལ་བ་སྟེ་སྟིང་པོ་དོན་གྱི་པ་རྩི་ཏ་ཆེན་པོ། དག་པ་རབ་  
 འབྲས་ཀྱི་སངས་རྒྱས་གྱི་ཞིང་མཐའ་དག་རྩ་འབྲུལ་གྱིས་སྐྱད་ཅིག་ལ་ཉལ་རུས་ཤིང་རྣམ་བྱུང་  
 གིས་མཛད་པ་ལ་བརྟེན་ནས། ཞིང་དེ་དག་གི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་རྣམས་  
 ཚོས་འཆད་པ་དང་ཉན་པའི་སྟེང་གཞིར་གྱུར་པས་སངས་རྒྱས་གྱི་ཞིང་མཐའ་དག་བྱང་ཞིང་དག་  
 པར་མཛད་པ། རིགས་དུག་གི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་རང་རང་གི་སྐྱལ་བ་དང་མཐུན་པའི་སྐུར་  
 བསྟན་ནས་སྟོད་འཆོམ་པའི་ཚོས། དཔེ་འཛིག་རྟེན་གྱི་སྤྱང་བ་དང་བསྟན་ཞིང་དོན་རྒྱལ་བའི་  
 དགོངས་པ་དང་སྐུར་ཏེ་བསྟན་པས་སྟོན་ཅིང་གོལ་བར་མཛད་པ་སྟེ། མདོར་ན་ཆོག་ཅིག་དང་



དང་གཤེན་རྩོམ་པ་སོགས་ཏེ་སྐལ་ལྷན་གྱི་ཉམ་པོ་མོ་རྣམས་དང་། རོ་མོ་ཆེ་རིང་མཆོད་ལྷ་ལ་  
སོགས་ཏེ། འཇའ་ལུས་མ་ཁའ་སྦྱོད་གྲུབ་པའི་མ་ཁའ་འགྲོམ་རྣམས་དང་། གཞན་ཡང་རྒྱུད་  
ཡོངས་སུ་དག་པའི་ལྷ་མིའི་རྣལ་འབྱོར་པོ་མོའི་ཆོག་ས་དང་བཅས་པའི་དབྱས་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་  
ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་ཞིང་བཞུགས་སོ། །

དེའི་ཆེ་སྤྱིས་སུ་རས་རྒྱུད་པ་ཁོང་རང་གི་བསམ་གཏན་ཁང་སུ་ན་ཐུགས་དམ་ལ་  
བཞུགས་པ་ལས། མཚན་ཐོག་ཐག་གཅིག་གི་མཚན་ལམ་ན། ལུ་རྒྱུན་མ་ཁའ་འགྲོའི་སྤྱིང་  
ཡིན་ཟེར་བའི་ཡུལ་ཡིད་དུ་འོང་ཞིང་ཉམས་སུ་དག་པ། ཁང་ཁྱིམ་གྱི་རྒྱ་དང་ས་གཤིས་མས་  
ཅད་རིན་པོ་ཆེ་དུ་མ་ལས་གྲུབ་པའི་གྲོང་ཁྱེར་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་ནང་དུ་ཕྱིན་པས། གྲོང་ཁྱེར་དེའི་མི་  
ཐམས་ཅད་དར་གྱི་གོས་གྱོན་ཞིང་རུས་པ་དང་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན་པ། བཞིན་བཟང་  
ཞིང་བལྟན་སྤྲུག་པ་ཁོན་འདུག་སྟེ། དེ་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་ཆོག་ནི་མི་སྤྱི་བར་དག་པའི་  
འཇུམ་དང་ལྷན་པས་མིག་སེལ་ཆེར་རྒྱུ་ཆེར་འདུག་པ་ལས། དེ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ན་སྤར་  
བལ་པོར་མངལ་བའི་སྤྲ་མ་ཏི་སུ་པའི་སྒྲོ་བ་མ་ལྷ་རི་མ་དེ་ཡང་གོས་དམར་པོ་གཅིག་གྱོར་ཏེ་གཙོ་  
མོའི་རྒྱལ་དུ་འདུག་པས། ཆ་བོ་འོངས་སམ། འོངས་པ་ལེགས་སེ་ཞེས་བརྗོད་ནས་རིན་པོ་  
ཆེའི་ཁང་ཁྱིམ་འདོད་ཡོན་ཟད་མི་ཤེས་པས་གང་བཞིག་གི་ནང་དུ་བྱིད་ནས། མགོན་གྱི་རྒྱལ་དུ་  
བཟང་བཏུང་གི་བསྟེན་བཀུར་བཟང་ཞིང་གྲུ་ཞོམ་པ་བྱས་ཏེ། ད་ལྟ་ལུ་རྒྱུན་ནས་ངས་རྒྱས་མི་  
བསྦྱོད་པ་ཆོས་གསུང་གི་ན་ཡོད་པས་ཆ་བོ་རང་ཡང་ཆོས་ལུ་ན་ངས་གནང་བ་ལུ་འོ་ཟེར་བ་  
ལ། ཤིན་ཏུ་ཉམ་པར་འདོད་ནས་ལེགས་སེ་བྱས་པས། འོན་འདོད་ཟེར་མོ་དང་བསྐྱེབས་ཏེ་  
ཕྱིན་པས། གྲོང་ཁྱེར་དེའི་དབྱས་ན་རིན་པོ་ཆེའི་བྲི་སྟར་མཐོ་ལ་ཡངས་པའི་སྟེང་ན། བཅོམ་  
ལྷན་འདས་མི་བསྦྱོད་པ་སྤར་ཡིད་ཀྱིས་བསྟོམས་པ་བས་ཀྱང་ཆེས་ཁྱུད་པར་དུ་འཕགས་པ་ཞིག་  
འཁོར་རྒྱུ་མཚོ་ལྷ་སུའི་དབྱས་ན་ཆོས་སྟོན་པ་མཐོང་བས་དག་པ་དང་བདེ་བས་སྦྱོས་ཏེ་བརྒྱལ་  
འགྲོ་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཐོབ།

དེ་ནས་ལྷ་རི་མཁར་ེ་ཆོ་བོ་རང་འདིར་ེ་ཞིག་སྤྲོད་ཅིག ངས་སངས་རྒྱལ་ལག་ནང་བ་  
 ལུས་འོང་གིས་ཟེར་སོང་བ་ལས་གནང་བ་ཐོབ་སྟེ། ཡང་མོས་ཁྲིད་ནས་སངས་རྒྱལ་གྱི་ཞབས་  
 གུང་དུ་སྤྱིན་པུག་བཅོལ། སྤྱིན་ཆུབ་ས་ལུས་ནས་སྤྱོད་ལམ་དུ་ཆོས་ཉན་ཞིང་བསྟུང་པས། ཞལ་  
 འཇུག་པ་དང་བཅས་པའི་ངང་ནས་ཁྱུང་ཞིག་བདག་ལ་སྤྱོད་ཅེ་ེ་བཞུགས་འདུག་པ་ལས་བདག་  
 ལ་བརྟེན་བས་དགོངས་པ་ཡིན་སྟེ་མ་པ་བྱུང་། ཆོས་གསུང་བ་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱལ་དང་བྱུང་  
 ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཀུན་གྱི་གདུང་རབས་དང་འབྲུངས་རབས་མཛད་པ་དང་རྣམ་ཐར་ཐོན་གསུང་  
 ཞིང་འདུག་པས་བསྟུག་ཡོ་བའི་དད་པ་ཐོབ། མཇུག་ཏུ་ཉི་ལོ་རྒྱ་རོ་མར་པ་གསུམ་གྱི་རྣམ་ཐར་  
 སྟུར་ཇི་བཅུན་གྱིས་གསུངས་པ་བས་ཀྱང་རྒྱས་ཤིང་ངོ་མཚར་ཆེ་བ་རྣམས་གསུང་བྱུང་བས་  
 འཁོར་ཐམས་ཅད་མཆོག་ཏུ་དད་པར་གྱུར་འདུག ཆོས་ཀྱི་མཇུག་ཏུ་ནངས་པར་གོང་དུ་བཤད་  
 པ་དེ་རྣམས་ལས་ཀྱང་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་འཆད་པས་ཉན་དུ་ཤོག་གསུང་  
 ཞིང་འདུག་པ་ལ། འཁོར་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་ཁ་ཅིག་ན་ེ། གོང་གི་དེ་རྣམས་ལས་མཆོག་ཏུ་  
 གྱུར་པ་བྱ་ཐབས་ཡོད་དམ། ཡོད་ན་ངོ་མཚར་ཆོད་ལས་འདས་པ་ཞིག་ཡོད་པར་འདུག་  
 ཟེར། ཡང་ཁ་ཅིག་ན་ེ། གོང་གི་དེ་རྣམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ནི། སྤྱུ་སྤྱེ་བ་མང་པོར་ཆོགས་  
 བསགས་སྒྲིབ་པ་སྤྱངས་པ་ལས་བྱུང་བའི་འབྲས་བུ་ཡིན། མི་ལ་རས་པ་ནི་ཆོ་ག་ཅིག་ལུས་  
 ག་ཅིག་ལ་ཡོན་ཏན་གོང་མ་རྣམས་ལས་མི་ཞན་པ་ཐོབ་པ་ཞིག་ཡོད་པ་འདུག་ཟེར། ཡང་སྟུམ་ན་  
 ེ། འོ་ན་དེ་ལྟ་བུའི་ཆོས་ངོ་མཚར་ཆེ་བ་ཡོད་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་མ་ལུས་ན་རང་ེ་བུ་  
 སྟོབ་རྣམས་ཞན་པས་སྟོགས་མཁུ་བ་ཆོན་འགྲུས་དང་སྟོབས་པ་བསྐྱེད་དེ་འགོ་བའི་དོན་དུ་ལུ་བར་  
 སྤྱོད་པས་སོ་ཟེར། ཡང་ག་ཅིག་ན་ེ། མི་ལ་རས་པ་དེ་ད་ལྟ་གང་ན་བཞུགས་ཟེར། ག་ཅིག་ན་  
 ེ་མངོན་དག་འཇམ་འོག་མིན་གང་རུང་ན་ཡོད་པར་འདུག་ཟེར་བ་ལས། རས་རྒྱུང་པའི་སྤྱུགས་  
 ལ། ཇི་བཅུན་བཞུགས་དག་བོད་ན་བཞུགས་ཏེ། གང་ལྟར་ན་རང་འདི་རྣམས་ཀྱི་ཟེར་ལུགས་

འདི་ང་ལ་ངར་ལྷན་པར་འདུག་པས། ཇི་བཅུན་གྱི་རྣམ་པར་ཐར་པ་ཞིག་འགྲོ་བའི་དོན་དུ་ཅིས་  
 གྲང་ལུ་དགོས་སྐྱེས་པ་བྱུང་བའི་ཆེ། ལྷ་རི་མ་དེས་རས་རྒྱུད་པའི་ཐུག་ནས་བཟུང་སྟེ། ཅང་  
 ཅང་ཐུག་ཐུག་མཛད་བཞིན་ཆ་ཐོས་གོ་བར་འདུག། ཆ་ཐོས་གོ་བར་འདུག་ཟེར་བའི་ངང་ནས་  
 རས་རྒྱུད་པ་མནལ་སད་པ་ལས་ནས་ཐོ་རངས་ཁར་སོང་འདུག་སྟེ། སྤར་བས་རིག་པ་དང་ས་  
 ཤིང་དགོ་སྦྱོར་ཅུལ་ཆེ་བར་བྱུང་བའི་ངང་ནས། མནལ་ལམ་གྱི་ཇེས་སུ་ཐུག་ས་འཕྲོས་པ་  
 ལས། ལུ་རྒྱན་མ་ཁང་འགྲོ་འཛོགས་དབྱུས་སུ་མི་བསྐྱོད་པ་ལས་ཆོས་ཉན་པ་འང་ངོ་མཚར་ཆེ་  
 མོད་དེ། དེ་བས་གྲང་སྒྲམ་ཇི་བཅུན་དང་མཛལ་བ་འདི་གང་ནས་བསམས་རུང་ངོ་མཚར་  
 ཆེ། མི་བསྐྱོད་པ་ལས་ཆོས་ཉན་པ་འང་ཇི་བཅུན་གྱི་བཀའ་འདིན་ཡིན། ཁོང་རྣམས་ཇི་བཅུན་  
 མཛོན་དག་འཕམ་འོག་མིན་གང་རུང་ན་བཞུགས་ཟེར་བལ། བོད་ན་བཞུགས་སྐྱེས་པ་སྒྲམ་ལ་  
 བརྒྱས་བཅོས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་མཉམ་འགྲོགས་བྱེད་པའི་དྲེད་པོ་ཁྱོད་རང་གི་སྤར་ངོར་ཡིན་  
 མོད། སྦྱིར་ཇི་བཅུན་སངས་རྒྱུས་ཡིན་པས་སྒྲུག་སུང་ཐུག་ས་ཀྱི་མཛད་པ་བསམ་མཁྱིས་མི་  
 ཐུབ། ཐུང་པར་དུ་ཇི་བཅུན་རང་གང་ན་བཞུགས་པ་དེ་ཀའོག་མིན་དང་མཛོན་དག་འཕམ་པར་  
 ཡིད་མི་ཆེས་པའི་ཐུང་པོ་ལོག་ལྷ་མ་ཁན་ཁྱོད་འདྲ་ཡོད་པ་ཞེས་རང་ལ་ངན་སྒྲུས་མང་དུ་མཛད་  
 ཇེས། མི་ལམ་གྱི་ཆོས་འཆད་མ་ཁན་དང་ཉན་མ་ཁན་ལྷ་རི་མ་དང་ཀུན་གྱི་བདེ་དེ་རྣམས་ང་ལ་  
 འགྲོ་བའི་དོན་དུ་ཇི་བཅུན་གྱི་རྣམ་ཐར་ཞུས་ཀྱི་བདེ་རུ་འདུག་པས་ཅིས་གྲང་ལུ་དགོས་དགོངས་  
 བས། སྒྲམ་ལ་མོས་གུས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་སྐྱེས་ནས་གསོལ་བ་སྦྱིང་ཁོང་རུས་པའི་  
 ད་ཀྱི་ལ་ནས་བཏབ་སྟེ་དར་ཅིག་ཐུགས་དམ་གྱི་ངང་ལ་བཞག་པས། ཡང་མནལ་དང་འོད་  
 གསལ་འབྲེས་པའི་ཉམས་ཀྱི་ངང་ལ་ལུ་རྒྱན་གྱི་རྒྱན་དང་ཆ་ལུགས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་མཛེས་མ་  
 དཀར་སྒྲོ་མེར་དམར་ལྗང་བ་ལྷ་རས་རྒྱུད་པའི་མདུན་ན་རྒྱར་བ་སྐྱིགས་ཏེ་འདུག་པའི་གཅིག་ན་  
 དེ། ཉངས་པར་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་གསུང་བ་ཡོད་པར་འདུག་པས་ཉན་དུ་འགྲོ་  
 ཟེར། གཅིག་ན་ཇེ་ཞུབ་པོ་སུ་ཡོད་ཟེར། གཅིག་ན་ཇེ་ཐུགས་སྤྱོད་ཆེན་ནས་ཀྱིས་ཞུས་ཏེ་





དེར་རྩེ་བཅུན་ཆེན་པོ་ཞལ་འཇུག་པ་དང་བཅས་ཏེ། རས་རྒྱུད་པ་ཁོ་བོའི་ཆ་རྒྱས་ཁྱོད་ཆེ་  
ནའང་། འདི་ན་དྲི་བ་ལ་ལན་གཏང་བ་པར་བྱ་སྟེ། འདི་རུས་ཁྱོད་པོ། རིགས་ཇོ་སྤྲུལ། ང་  
རང་མི་ལ་རས་པ། དང་པོ་ནི་ལས་ནག་པོ་ཡང་བྱས། བར་དུ་དཀར་པོ་ཡང་བྱས། ད་ལྟ་  
ལས་དཀར་ནག་གཉིས་ཀ་དང་བྲལ་ཞིང་། ལས་གྱི་གཞི་ཟད་པས་མ་འོངས་པ་ན་བྱེད་པར་མི་  
འགྱུར་བ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། དེ་རྣམས་རྒྱས་པར་བཤད་ན། ལ་ལ་ནི་དུ་བློ། ལ་ལ་ནི་དགོང་བློ་  
བའི་རྒྱུ་མཚན་མང་པོ་ཡོད་དེ། བཤད་རུང་དོན་རྒྱུད་བས་མི་རྒྱན་སོས་དལ་དུ་ཉལ་དུ་རྒྱག་ཅེས་  
གསུངས་པས།

ཡང་རས་རྒྱུད་པས་ཕྱག་བཅའ་ནས་གསོལ་བ་བཏབ་པ། རྩེ་བཅུན་རིན་པོ་ཆེ་  
ལགས། ཁྱེད་གྱིས་དང་པོར་དཀར་མུབ་དང་ཞེ་བཅད་དྲག་པོས་གཏམས་ངག་ཟབ་མོ་རྣམས་  
ཉམས་སུ་ལེན་ཅིང་། ཅེ་གཅིག་གི་སྒྲིབ་པ་ལྟར་མཛད་པས་ད་ལྟ་གནས་ལུགས་མཛོན་དུ་གྱུར་  
ཏེ། ཆོས་རྣམས་ཟད་སར་འཁྱོལ་བས། མ་འོངས་པ་ན་འཆིང་འགྱུར་གྱི་ལས་མི་མཛད་ཅིང་  
མི་ཁྱོད་བཀུན་གྱི་མཐུན་གྲུབ་ལགས་མོད། གདུང་ཁྱོད་པོ། རིགས་ཇོ་སྤྲུལ། དེ་ལ་མི་ལར་  
མཚན་གསོལ་བའི་རྒྱུ་མཚན་དང་། སྒྲིབ་ཁྱུངས་ནས་དང་པོ་ལས་ནག་པོ་མཛད་ཚུལ། བར་དུ་  
དཀར་པོ་མཛད་ཚུལ་ལ་བརྟེན་ནས་དུ་བློ་བ་དང་དགོང་བློ་བའི་རྒྱུ་མཚན་དེ་ལ་དགོས་དོན་བསམ་  
གྲིས་མི་བྱུང་བ་ཞིག་ཡོད་པ་ལགས་པས། བདག་སོགས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཐུགས་  
བརྩེ་བ་ཆེན་པོས་དགོངས་ཏེ། སྒྲིབ་གསུང་ཐུགས་སྟོམས་ལས་སུ་མི་བཞུགས་པར་རྒྱས་པར་  
གསུང་དུ་གསོལ། ཁྱེད་འདིར་ཆོག་གས་གྱི་མཆོད་ལུ་མ་རྩེ་རྩེ་སྤྲན་རྣམས་དང་། དང་འདུས་གྱི་ཉ་  
མ་རྣམས་གྱིས་གྱུང་འདི་གསོལ་བ་འདེབས་པའི་གྲོགས་མཛད་པར་ཞུ་ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་  
ནས་ཕྱག་མང་དུ་བཅའ་བས། དེར་ཐུགས་སྤྲུལ་བུ་ཆེན་རྣམས་དང་། དད་ཅན་གྱི་ཉ་མ་རྣམས་  
གྱིས་གྱུང་ཕྱག་མང་དུ་བཅའ་ནས། སྤྲེས་བུ་དམ་པ་རས་རྒྱུད་པས་གསོལ་བ་བཏབ་པ་བཞིན་  
བཀའ་བཀུར་སྟེ། ཆོས་གྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་དུ་གསོལ་ཞེས་གསོལ་བ་ཡང་ཡང་བཏབ་པས།

རྩེ་བཙུན་གྱི་ཞལ་ནས། བྱེད་ཀླམས་དེ་ཙམ་དུ་དོ་གཤམ་དང་ནན་ཏྟ་དུ་ཡང་འདྲི་  
 བ། གསང་དགོས་མེད་པས་མཁའ་པར་བྱ་སྟེ། འདི་རུས་དང་རིགས་ནི། དབུ་རུ་བྱང་  
 སྟོགས་ཀྱི་འབྲོག་སྟེ་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་ཁྲོད་ནས་རུས་ཁྱུང་པོ། རིག་སྟགས་རྙིང་མ་བའི་སྐྱམ་ཇོ་  
 སྟེ་ལེགས་ཀྱི་བུ་རྣམ་འབྱོར་པ་ཡི་དམ་གྱིས་རྩེས་སུ་བཟུང་བས་སྟགས་རུས་དང་སྟན་པ་ཞིག་  
 རྒྱལ་ཁམས་ཀྱི་གནས་བསྐྱོར་བ་དང་རྟེན་མཇུག་པ་ལ་སྟེན་པས། གཙང་ལ་སྟོད་བྱང་གི་སྟོགས་  
 གཙུང་པ་སྟེ་ཞེས་བྱ་བར་ཕྱག་ལེབས་ཏེ། ཡུལ་དེར་འབྲེག་དོན་འདུལ་བ་དང་། བྱིན་རྒྱ་བས་  
 བྱས་པས་རུས་བ་དང་སྟན་ཕྱིར་ཕན་པ་ཤིན་ཏུ་མང་བར་བྱུང་ནས་གདུལ་བྱ་དང་འབྲིན་ལས་ཆེ་  
 བར་བྱུང་སྟེ། མཚན་ཁྱུང་པོ་ཇོ་སྟེ་སྟགས་སུ་གསོལ་ནས་ལོ་འགའ་བཀྟགས་པས། ཡུལ་དེར་ནད་  
 གདོན་སོགས་རྒྱུ་ཅི་བྱུང་ཡང་གདན་འབྲེན་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ལས། རྣམ་ཞིག་གི་ཆོ་ཡུལ་དེན་  
 སྟེ་ཇོ་སྟེ་སྟགས་སུ་འོང་ཡེ་མ་རུས་པའི་གདོན་གཞན་སུ་གང་གིས་ཀྱང་མི་སྦྱབ་པའི་  
 འཛིགས་སུ་རུང་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ། ཇོ་སྟེ་སྟེ་ལ་ཤིན་ཏུ་མི་དད་པའི་མི་ཆང་ཞིག་ལ་ཀྟགས་ནས་  
 གནོད་དུ་བྱུང་བ་ལ། སྐྱེ་མ་གཞན་གདན་བྱངས་ནས་བྱག་འདུལ་དང་བྱིན་རྒྱ་བས་བྱས་  
 པས། གདོན་དེས་རྩུར་ཅོལ་ལོ་དང་བཞད་གད་སྟན་འབྲིན་བྱས་ནས་ཕན་པ་མ་བྱུང་བའི་  
 ཆོ། དད་ལོག་ཅན་གྱི་མི་དེལ་ཉེ་དུ་ཞིག་གིས། གདོན་གྱི་ཕག་ཏུ་ཁྱུང་པོ་ཇོ་སྟེ་སྟགས་གདན་འབྲེན་  
 པའི་གྲོས་བཟབ་པས། ཁོན་རེ་རྩེ་ལ་ཕན་ན་བྱིའི་ཆོལ་ན་འང་ཆོལ་གྱིས་པོས་ཤོག་ཅིག་ཟེར་  
 སྟེ། དེར་མི་དེས་ཇོ་སྟེ་སྟགས་གདན་བྱངས་པས། གདོན་གྱིས་རེལ་བས་སུ་འཆའ་བ་དང་། ཇོ་  
 སྟེ་སྟེ་ར་རྒྱལ་ལངས་ཏེ། གསུང་ཆེན་པོས་ད་ཁྱུང་པོ་ཇོ་སྟེ་སྟེ་སྟེ་འོང་གིན་ཡོད་དོ། གདོན་  
 བགེགས་རྣམས་ཀྱི་ཤ་བྲག་འཁྱུང་བ་ཡིན་པས་སྟོད་ཡང་གསུང་ཞིང་སྟེ་དུ་བྱོན་པས། ཇོ་  
 སྟེ་སྟེ་ར་མ་ལེབས་པ་ལ་གདོན་དེ་འཛིགས་ཤིང་སྟགས་སྟེ་ཏུ་ལས་ནས། ཕ་པ་མི་ལ་མི་ལ་ཞེས་  
 ཡང་ཡང་ཟེར་ཞིང་འཛིགས་པའི་སྟེ་དུ་མ་ཤོར། ཇོ་སྟེ་སྟེ་ར་མེབས་བ་དང་། མི་བྱེད་འོང་

སར་ངའོངས་པ་མེད་པས་བདག་ལ་སྲོག་སྲོལ་ཅིག་ཟེར། རྩོམ་གྱིས་ཀྱང་གཏོན་དེ་ལ་ཕྱིས་  
 སུལ་འང་མི་གཞོད་པའི་མཉམ་སྦྲངས་ཏེ་བཏང་བས། གཏོན་དེ་རང་བསྟེན་པའི་མི་ཚང་ཞིག་ལ་  
 བབས་ནས། ཡང་མི་ལ་མི་ལ་ད་ལན་པས་སྟུག་པ་དང་ཉེན་པ་མ་བྱུང་ཟེར་ཞིང་འདུག་པ་  
 ལ། མི་ཚང་དེ་རྣམས་ཀྱིས་མི་སུ་བྱུང་བྱས་པས། བྱུང་པོ་ཤིས་སུ་བྱུང་ནས་སྲོག་ལ་བབ་པའི་  
 སྟུག་བཏང་། མཉམ་ཤོར་ཟེར་སོང་སྐད། དེ་ནས་ཤིས་སུ་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་ཆེ་བ་བརྟེན་པའི་  
 ཆེད་དུ། མི་ཀུན་གྱིས་ཤིས་སུ་ལ་མི་ལ་ཞེས་བརྟེན་པས་གཏུང་གི་མཚན་ལ་མི་ལ་ཞེས་གྲགས་  
 སོ། ། གཏོན་དེ་ཡང་ཕྱིས་གཞོད་པ་ལེ་མ་བྱུང་བས་ཆོ་འཕོས་པར་ཀུན་ཁབ་འཆམས་སོ། །

དེ་ནས་བྱུང་པོ་ཤིས་སུ་ལུ་མ་ཁབ་ཏུ་བཞེས་པས་སྲས་གཅིག་བྱུང་། དེ་ལ་སྲས་  
 གཉིས་བྱུང་བས་ཆེ་བ་ལ་མི་ལ་མཛད་སྟོན་སོང་གོར་གྲགས། དེ་ལ་སྲས་མི་ལ་རྩིས་སོང་གོ་ཞེས་  
 བྱ་བཞིག་བྱུང་སྟེ། ཕྱིས་དེའི་རྒྱུད་པ་རྣམས་ལ་སྲས་རེ་རེ་ཡོད་པ་ཞིག་བྱུང་། མི་ལ་རྩིས་སོང་  
 གོ་དེ་ཤོ་ལ་ཤིན་ཏུ་བཅི་ཞིང་མ་ཁས་པས་རྒྱལ་མང་པོ་ཐོབ་འོང་ཞིང་ཡོད་པ་ལས། དུས་ན་མ་  
 ཞིག་གི་ཆོ་ཡུལ་དེ་ན་མི་གཤོན་ཅན་ཤོ་ལ་ཤིན་ཏུ་མ་ཁས་པ་པ་ཚན་རགས་ལ་མང་བཞིག་ཡོད་པ་  
 དེས་མི་ལ་རྩིས་སོང་གོའི་ཆོད་བགམ་པའི་ཕྱིར་རྒྱལ་རྒྱུད་ཏུ་བཅུགས་ཏེ་ཤོ་བཅེས་པས་ཆོད་  
 ལོངས་ཏེ། དེའི་ཉིན་ཁོས་རྒྱལ་རང་བཞིན་གྱིས་ཐོབ་པ་ལྟར་བྱས་པས་མི་ལ་རྩིས་སོང་གོ་ཡི་མ་  
 རངས་ཏེ་ནངས་པར་ཤོ་ལ་ན་ལེན་བྱས་པས་རུང་ཟེར། རྒྱལ་སྲུང་བས་ཆེ་བ་བཅུགས་ཏེ་ཤོ་  
 བརྒྱལ་པས་ཁ་བྱང་ཕྱིར་ཁོས་ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་ཕམ་པ་ལྟར་བྱས་པའི་མཐར། ད་ཡང་ཤོ་  
 ལན་ལེན་ཟེར་བས་རུང་ཟེར། རྒྱལ་ཆེ་རྒྱུད་ལ་གཉིས་ཀྱི་ཁབ་འཆམས་ནས་ཞིང་ཁབ་ཞོར་གསུམ་  
 ཤོའི་རྒྱལ་དུ་བཅུགས། ལུ་འཆག་མེད་པར་འབའ་ཡི་གོས་བསྐྱམས་ནས་ཤོ་བཅེས་པས་ཁོས་  
 ཐོབ་སྟེ་ཞིང་ཁབ་ཞོར་གསུམ་ཁོའི་པ་ཚན་རྣམས་ཀྱིས་ཕྱིས་སྦྲངས་ནས་མི་ལ་ཡབ་སྲས་ཡུལ་  
 གཞིས་ཀུན་དང་བྲལ་ནས་ཡུལ་ཐོན་བྱོན་ཏེ། མང་ཡུལ་གྱང་ཐང་གི་སྐྱེ་རྩ་ཞེས་བྱ་བར་བྱས།  
 ཐེབས་ནས་གཞི་བཅས་ཏེ། ཡབ་མཛད་སྟོན་སོང་གོས་ཡུལ་པ་རྣམས་ཀྱི་སྟོག་སྟོག་ གཏོར

མ། སེར་བསྐྱེད་སྤྱི་བུ་གསོ་བ་ལ་སོགས་གྲོང་ཚོ་གྲུག་གསལ་སེའི་དུ་བྱིན་པར་བྱུང་བའི་  
ཡོན་དང་། སྤྱི་མཐུན་སེའི་གོས་ཚོང་ཆེ་བ་ལ་དགུན་ལྷོ་བལ་སྒྲན། དབྱར་བྱུང་འགྲོག་  
སྒྲན། རྒྱུ་བལ་མང་ཡུལ་དང་གུང་ཐང་གི་བར་སྒྲན་བས། ཡབ་སྤྱི་བུ་གཉིས་ཀྱིས་ཁོར་མང་  
པོ་བསལ་གས། དེའི་ཆོ་ཡུལ་པའི་གཅེས་སྤྱི་གཞི་དང་སྤྱི་མཐུན་སེའི་གོ་གཉིས་དགའ་  
འདུས་ཀྱི་བཟའ་མེར་སོང་། དེ་གཉིས་ལ་སྤྱི་བུ་གཉིས་ཀྱི་འཕྲུང་སྤྱི་བལ་མི་ལ་ཤེས་རབ་རྒྱུ་  
མཚན་དུ་མཚན་གསོལ་ནས་བསྐྱེད་བསྐྱེད་ཞིང་ཡོད་པའི་ཆོ། མེས་པོ་མཛོད་སྤྱི་མཐུན་སེའི་གོ་སྤྱི་ལ་  
བའི་གཞི་གསོལ་སྤྱི་མཐུན་པར་བྱས་ཏིང་། མི་ལ་དེ་སེའི་གོས་ཚོང་གི་སྤྱི་མཐུན་ཁོར་སྤྱི་ལ་བས་  
སྤྱི་བལ་གྱི་དབྱི་གསལ་པར་བྱུར་ཏེ། ཅུའི་ཉེ་འཁོར་ན་འོར་མ་ཞེས་བྱ་བའི་ཡུལ་མི་ཞིག་ལ་ཅན་  
ཞིང་དགའ་འཕོ་སྤྱི་གསལ་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ། གསེར་དང་ལྷོ་བྱུང་གི་རྒྱུ་མང་པོ་བཅས་ཏེ་ཉོས་  
པ་ལ་འོར་མ་གྱུ་གསལ་དུ་གྲགས། ཞིང་དེའི་འགྲམ་ན་གསལ་ཚང་དབང་བའི་ཁང་རོ་ཞིག་  
འདུག་པ་དེ་ཡང་ཉོས་ནས་མ་ཁར་ལས་ཀྱི་འགྲམ་བཏིང་སྤྱི་མཐུན་ལས་བྱེད་བཞིན་པའི་ངང་  
ནས། མི་ལ་ཤེས་རབ་རྒྱུ་མཚན་ལོ་ཉི་ཤུ་ལོན་པ་དང་། ཅུའི་མི་དྲག་རེར་བྱུར་པ་རུས་བྱུང་  
ཡོན་པ་ཞིག་ལ། དཀར་མོ་རྒྱན་ཞེས་བྱ་བའི་བྱ་མོ་གཞི་གསལ་མཛེས་ལ་མི་ཆོས་ཤེར་བ། དཔྱ་  
གཉེན་གང་ལ་འང་ཆགས་སྤྱི་མཐུན་ཐོན་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་བག་མར་སྤྱི་མཐུན་ཏེ་སྤྱི་མཐུན་དཀར་རྒྱན་  
དུ་གྲགས་སོ། །

དེ་ནས་མ་ཁར་ལས་ཀྱི་འགྲམ་ལྟར། སྤྱི་མཐུན་གི་སྤྱི་མཐུན་ལ་དུ་ལག་མཛོད་དང་གཞི་སྤྱི་  
ཁང་བྱུར་ན་ཡོད་པའི་ཆོ་མས་ཀ་བཞི་གཤུང་བརྒྱུད་ཡོད་པའི་ཁང་པ་སྤྱི་མཐུན་ཅན་དགའ་བཞིག་  
བཞུགས་པ་ལ་ཀ་བཞི་གཤུང་བརྒྱུད་དུ་གྲགས་ཏེ། དེ་ན་བདེ་སྤྱི་མཐུན་སྤྱི་མཐུན་དང་བཅས་ཏེ་  
གསལ་སོ། །

དེ་ནས་གཞི་དང་སྤྱི་མཐུན་སེའི་གོ་སྤྱི་ལ་བས་སྤྱི་བུ་གཉིས་ཀྱི་སྤྱི་མཐུན་སེའི་གོ་སྤྱི་ལ་  
ཐོས་པ་ལས། མི་ལ་དེ་སེའི་གོས་ཚོང་གི་སྤྱི་མཐུན་ཀྱི་བྱུ་གཤུང་དུང་རྒྱུ་མཚན་ཞེས་བྱ་བ་དུ་སྤྱི་མཐུན་དང་

སྲིང་མོ་ཁྱུང་ཚེ་དཔལ་འགྲན་དང་བཅས་པ་ཡང་ཡུལ་ཐོན་ནས་སྐྱུང་ཅུ་སྤེལ་སྤྱང་བ་  
ལ། མི་ལ་དེ་མེས་དག་གི་ཉན་སྤྱོད་ཆེ་བས་དག་འཛོར་ཆེན་པོ་བྱུང་སྟེ། སྤེལ་ན་དང་སྤྱོད་ན་  
བྱས་གཞི་ཆགས་པ་ལ་ཚོང་གི་བྱེད་ལུགས་རྣམས་བསྐྱབས་ཏེ་ཚོང་བྱས་པ་ལས། ཁོང་རྣམས་  
ཀྱིས་ཀྱང་ནོར་མང་དུ་བསོགས་སོ། །

དེ་ནས་སྐབས་ཤིག་གི་ཚེ་ཁྱུང་ཚེ་དཀར་རྒྱུན་སྐྱུམ་དང་ལྷན་པར་གྱུར་ནས། མི་ལ་  
ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན་ལྟོ་ཇུས་མང་པོ་བྱིར་ཏེ། བྱང་སྤྲལ་ཅེ་འོ་སྤྲལ་སུ་ཚོང་ལ་སོང་ནས་ཡུན་  
རིང་འགོར་བའི་ཚོ། རུ་པོ་འབྲུག་གི་ལོ་སྟོན་རྒྱ་རབ་འཛིན་ཏེ་ལྷ་སྐར་མ་རྒྱལ་ལ་བབ་པའི་ཉིན་ཨ་  
མ་ལ་ང་སྤྱིས་པས་ཡབ་ཀྱིས་ར་བང་ཆེན་བཟངས་ཏེ་འདིར་སྟོན་ལས་ཀྱང་ཐུག་པ་ལ་བུ་ཞིག་ཀྱང་  
སྤྱིས་པས། བུ་ལ་མིང་འདོགས་པ་དང་མིང་སྟོན་བྱེད་པ་ལ་རྒྱུར་དུ་ཤོག་བྱ་བའི་ཡིག་བསྐྱར་བ་  
བང་ཆེན་པས་ཀྱང་ཡབ་ལ་སྤྲད། ལོ་རྒྱུས་རྣམས་ལ་ཤད་པས། ཡབ་ཤིན་ཏུ་མཉམ་ཏེ། འོ་  
ལགས་སོང་འོ་བུ་ལ་མིང་བཏགས་ཆར། རེད་ཀྱི་རྒྱུད་པ་འདི་ལ་བྱུང་པའི་ལས་མི་འོང་བ་ཡིན་  
པས། ད་ལན་བྱུར་སྤྱིས་ཡོད་འདུག་པ་དེ། ཐོས་པའི་གཏམ་ལ་དག་འབཞིག་བྱུང་བས་འོ་  
བུའི་མིང་ལ་ཐོས་པ་དག་འཕེར། ད་ཚོང་རྣམས་བྱས་ཆར་བས་འགྲོ་ཐེར་ནས་ཡུལ་དུ་  
བྱོན། འོ་མིང་ཐོས་པ་དག་འཕེར་དུ་བཏགས། མིང་སྟོན་བཟང་པོ་བྱས་ནས་གཅེས་པར་  
བསྐྱེད་བསྐྱངས་ཕྱིས་ང་ལ་སྐད་སྟོན་པོ་ཐོས་ཆད་སེམས་དག་འབཞིག་བྱུང་བས། མི་རྣམས་  
ཀྱིས་ཐོས་པ་དག་འདེམ་པ་བཏགས་ལེགས་ཤིག་བྱུང་འདུག་ཟེར་བ་བྱུང་། དེ་ནས་ང་ལོ་བཞི་  
ལོན་པའི་ཚོ། ཨ་མ་ལ་བུ་མོ་ཞིག་སྤྱིས་པ་མགོན་མོ་སྤྱིད་དུ་མིང་བཏགས། གཅེས་མིང་པོ་  
ཏར་ཆགས་པས་པོ་ཏར་མགོན་སྤྱིད་དུ་གྲགས་ཏེ། རེད་མིང་སྲིང་གཉིས་ཀ་ལ་གསེར་རལ་དང་  
གཡུ་རལ་ཉི་ལེ་བ་ཡོད་པ་དྲན། ཡུལ་ནང་འབྲུག་ཅིང་དབང་བཅོན་པས་ཡུལ་མི་དྲག་པ་  
རྣམས་དང་གཉེན་སྤེབ། ཞན་པ་རྣམས་འབངས་སུ་འཁོལ་བས་ཆོག་པ་བྱུང་བའི་ཚོ། ཡུལ་  
མི་རྣམས་ཀྱི་ཁྲོག་ལ་བ་ལ་འབྲུམ་པོ་ཡུལ་དུ་ཆགས་པ་ལ་འདི་ཚོ་བས་མོ་རྟོད་པ་དང་ནོར་ཆེ་བ་མི་



ནས་ཆ་ཤས་ཤིག་ང་རང་གི་རྒྱུ་ལྟོང་སྤྱོད་ཀྱི་དེ་ལྟར་ཆོག་ཀྱང་ལྷན་ལ་ང་རང་གི་བྱ་འདིས་བྱིས་སོ་མི་ཟིན་གྱི་བར་ལ་བཅོལ་ལོ། །ཁྱེད་པར་དུ་ཨ་ཁུ་དང་ཨ་ནེ་གཉིས་ལ་བཅོལ་ལོ། །བྱ་འདིས་བྱིས་སོ་མེར་བ་དང་། མཛེས་སེ་དང་རྒྱུ་ལྟོན་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཡོད་པས། མོ་རང་མནའ་མར་བསྐྱོར་རྣམས་ལྷག་ལུས་མེད་པར་ཕོག་ལ་ས་ལུལ་བུས་འཛིན་དུ་རྒྱག་ཅིག དེ་བར་ལ་ངའི་བྱ་སྤྱད་གསུམ་གྱི་སྤྱིད་སྤྱག་ཁྱེད་ཨ་ཁུ་དང་ཨ་ནེ་གཉིས་གཙོ་བོར་བྱས་པའི་གཉེན་ཚེན་ཀུན་ཤེས་སོ། །སྤྱག་རུ་མ་འཕྲུག་ཅིག ང་ཤི་དུར་ཁུང་ནས་བལྟ་འོ་ཞེས་གསུངས་ནས་གྲོངས་སོ། །དེ་ནས་ཡབ་ཀྱི་གཤེགས་རྒྱུ་རྣམས་བྱས། དེ་ལྷག་གི་ཁོར་རྣམས་ཀུ་ཁ་འཆམ་པར། ལྷ་ཆ་དཀར་རྒྱུ་རང་ཆོག་སྤྱོད་དུ་རྒྱག ཁ་འཛིན་དགོས་པ་ཀུན་གྱིས་བྱར་ནས་ཅི་ལེགས་གྱིས་ཟེར་བ་ལ། ཨ་ཁུ་དང་ཨ་ནེ་གཉིས་ན་རེ་མི་ཉེ་བྱས་ཅུང་དུང་ཕོ་ཉེ། ཁོང་མ་སྤྱད་དེ་གྱིས་སྤྱག་རུ་མི་འཕྲུག ཁོར་རྣམས་ཁ་ཆེ་མས་བཞིན་དེ་གྱིས་ཆོག་སྤྱོད་ཟེར་ནས། ངའི་ཁང་པོ་དང་མཛེས་སེའི་པ་མིང་གིས་ལོ་རྒྱུས་བྱས་ཅུང་མ་ཉན་པར་ཕོ་ཁོར་རྣམས་ཨ་ཁུ་བྱས། མོ་ཁོར་རྣམས་ཨ་ནེ་བྱས། གཞན་རྣམས་སྤྱོད་མར་བགོས་ཏེ། ཁྱེད་མ་སྤྱད་རྣམས་གསོའི་སྤྱོད་ཟེར་ནས། དེད་མ་བྱ་གསུམ་ལ་ཁོར་དབང་རྒྱུ་ལྷུང་བའི་ཁར། དབྱར་ཞིང་ལས་སྤྱོད་དུས་ཨ་ཁུ་འི་གཡོག་ དགུན་བལ་ལས་སྤྱོད་དུས་ཨ་ནེ་འི་གཡོག་ ལྷོ་ཁྱེད་ལྷོ་ལ་ལས་བོང་ལས། གོས་རྒྱལ་ཐུག་ཐག་ཆད་པ་ལ་གཤེས་མའི་སྟེ་རགས་བཅིངས་པ་གྱོན་ནས། ལས་དཔལ་མེད་སྤྱོད་དགོས་ལྷུང་བས་ཡན་ལག་རྣམས་སེར་ཀར་སོང་། ལྷོ་གོས་འན་པའི་སྟོབས་གྱིས་ཁ་མདོག་སྒྲུ་ལ་ག་རིང་པ། སྤྱོད་དཔོག་སེར་གཡུའི་རལ་པ་ཉི་ལེ་བ་ལ། ཕྱིས་སྒྲུ་བོ་བསེང་བསེང་ཤིག་སྟེ་འལ་པ་ཉི་ལེ་བུང་བས། མཐོང་བ་དང་ཐོས་པའི་མི་སེམས་རྒྱུང་ཀུན་མཆི་མ་འཆོར་བ་དང་། ཨ་ཁུ་དང་ཨ་ནེ་ལ་ལྷོག་ལ་བཤིར་རེ་བུང་ཅུང་འཛིན་མེད་བྱས། དེད་མ་སྤྱད་ལ་སྤྱག་པོ་རང་བཏང་བས། ཨ་མས་ཨ་ནེ་ལ་བྱུང་ཆ་དཔལ་འབྱན་དུ་མི་འདུག་བདུན་མོ་སྤྱག་འབྱན་དུ་འདུག་བྱས་པས། ཨ་ནེ་ལ་བདུན་མོ་སྤྱག་འབྱན་དུ་





པོས་ཏེ། ཡུའ་དང་ཨ་ཞེས་པའི་གཞིག་འཛུགས། གཞན་གཟུགས་ཐོབ་པ་ལ་གཟུགས་ ལྷ་ཐོབ་པ་  
ལ་ལྷ། ཆང་དཀར་ཡོལ་གྱི་གཡང་ཆོད་དང་བཅས་པའི་སྟོན་མོ་བཟང་པོ་དང་ས་ནས། ཡམ་  
གཡུ་གྱི་དབུ་སྐྱུ་ལངས་ཏེ། འོལ་གསལ་སོ། འུ་སྐྱུ་ས་པ་ལ་མིང་། ཆང་དང་ས་པ་ལ་གཏམ་  
བྱ་བར་གཤའ་བས། ར་ཡང་གཏམ་ཆོག་གསུམ་པའི་གཤའ་བ་ལ་གསལ་བས། ཡམ་མི་ལ་  
ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན་སྐྱུ་ཐེམ་ཁར་ཞལ་ཆེམས་གསུངས་པ་རྒྱལ་ཡོད་ཀྱི་མི་བགྲོས་པ་ཡུའ་དང་  
ཨ་ཞེས་གཙོ་མཛད། འདིར་བཞུགས་ཀྱི་གཡུ་པ་རྣམས་སྟན་གསལ་ན་པར་ལུ་ཞེས་བཛྲོད་  
ནས། ཞང་པོས་ཡབ་ཀྱི་ཞལ་ཆེམས་ཀྱི་ཡི་གེ་བཤྲགས་པའི་མཐར། ཡམས་ཡི་གེ་འདི་  
དོན་གསུང་ངག་དང་བཅས་པ་འདིར་བཞུགས་ཀྱི་བགྲོས་པ་ཀུན་གྱི་ཐུགས་ལ་གསལ་བས་རྒྱས་  
པར་ལུ་མི་དགོས་པར་གཤའ། དོན་དེལ་བ་ལ་སྤར་པ་ན་ཡུའ་དང་ཨ་ཞེས་གཉིས་ཀྱིས་དེད་མ་  
སྤྲད་གསུམ་ལ་མགོ་འདོན་ཡང་དག་མཛད་པ་ཐུགས་ལ་བཏགས། དང་རང་གི་བྱ་  
དང་། མཛོས་སོ་གཉིས་ཀས་བྱིས་སོ་བཞེད་པར་འདུག་པས། དེད་རང་གི་ཁོར་བཙོལ་རྣམས་  
སྟོད་པ་དང་། མཛོས་སོ་ཡང་མནའ་མར་བསུས་ནས་ཡབ་ཀྱི་ཞལ་ཆེམས་བཞེད་པ་ལུ་ལུས་  
འཛིན་དུ་འཛུགས་པར་ལུ་བསུས་པས།

ཡུའ་དང་ཨ་ཞེས་གཉིས་ཅི་ལ་མི་འཆམ་རུང་ལྟོ་ལ་འཆམ་པ་དང་། ར་བྱ་གཅིག་པོར་  
སོང་བ་དང་། ཡུའ་ལ་བུ་མང་པོ་ཡོད་པའི་སྟུབས་ཀྱིས། ཨ་ཞེད་དང་ཡུའ་གཉིས་གཅིག་ཏུ་  
དེལ་ནས་བྱེད་ཀྱི་ཁོར་རམ་དེ་གང་ན་ཡོད་པ་ཡིན། དང་པོ་མི་ལ་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན་ཁོ་རང་  
ཁམས་བཟང་རིང་ལ་ཁང་ཞིང་གསེར་གཡུ་མཛོད་རྟ་གཞག་ལུ་གཞུགས་པའི་དེ་ཀྱིས་གཡུར་བཏང་  
བ། ཁོ་རང་འཆི་ཁར་ཁོར་བདག་པོ་ལ་སྤྲད་པ་ཡིན། བྱེད་རང་དབང་བའི་ཁོར་གསེར་སོ་བ་  
གཅིག་གམ། ནས་སུ་ལ་གང་ངམ། མར་ཉལ་གཅིག་གམ། གོས་དར་རྒྱུད་སྟུག་ཅིག་ དུད་  
འགྲོ་ཆོའཛུགས་གཅིག་གུང་མིག་གིས་མམ་ཐོང་བ་ལ་དཔེ་འདྲ་བེར་བ། བྱེད་ཀྱི་ཁཆེམས་  
ཀྱི་ཡི་གེ་སུས་བྲིས་ ཐུག་སྤྲད་ཆོའཛུགས་གིར་མ་བསང་པར་གསོས་པ་དེད་རབ་ཡིན། ལར་

མིང་ན་ལ་དབང་བསྐྱར་ན་ཆུ་ལ་བྲེས་འཇམ་གྱིད་བྱ་བ་དེ་འདི་འདྲ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་ཟེར། སྤྱུག་སྤྱུག་ལས་ཉར་ལངས་བྱས། སེགོལ་གཏོགས། སྤྱུག་སྤྱུགས། རྒྱུ་བ་བཅས་ནས་ནན་ཏར་མ་སོང་ན་ཁང་པ་ཡང་དེད་དབང་བས། མ་སྤྱད་ཆོ་ཕྱིར་སོངས་ཟེར་ཞིང་ཨ་མར་ཐལ་ལྟག་གིས་བརྟུངས། དེད་མིང་སྤྱིང་གཉིས་སྤྱུ་དུང་གི་ལྟག་གིས་བརྟུངས།

དེའི་ཆོ་ཨ་མ་ནི། ཡབ་མི་ལ་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན་དེད་མ་སྤྱད་ཀྱི་ལས་བསྐྱོས་ལ་གཟིགས་དང་། ད་ཤི་དུར་ཁུང་ནས་བལྟའོ། གསུངས་པ་དེ་དག་ཟིགས་པའི་དུས་ལ་བབ་གཤའོ་ཟེར། དུ་ཞིང་འབྲེལ་ནས་འབྲེལ་གཤའོ་གཤའོ་གཤའོ་ཆེད་འདུག དེད་མིང་སྤྱིང་གཉིས་ཀྱིས་ནིར་མདའ་དུ་བམིན་པ་མ་བྱུང་།

ཨ་ཁད་གིས་ནི་ཨ་ཁུ་ལ་བྱ་མང་པོ་ཡོད་པས་ཆོལ་མ་ལུས། གཞན་ཡུལ་མི་དེད་རང་ལ་དཀར་བ་རྣམས་ནི་མ་སྤྱད་ཆོའི་སྤྱིང་རྩེ་བ་ལ་ཟེར་མི་དུ་བམི་འདུག གཞན་རྣམས་ཀྱང་འཁྱགས་རིང་ནར་ནར་འདུག

ཨ་ཁུ་དང་ཨ་ཁེ་ནི་དེད་ལ་ཁོར་དགོས་ཟེར། ཁོར་ཁྱེད་རང་ལ་འདུག་པ། ཡུལ་མི་བྱིས་མཆོས་ལ་འཆང་པངས་མེད་བཤམས་ནས་སྟོན་མོ་བཤམ་རྒྱུ་འདུག་པ། ཁྱེད་ཀྱི་ཁོར་རམ་དེ་དེད་ལ་མེད། ཡོད་ན་འདམི་གཏོང་བས་མ་སྤྱད་ཆོ་མང་ན་དམག་ཤོངས། ཉུང་ན་མ་སྤྱུ་ཐོངས་ཟེར་ཞིང་ཐོན་སོང་། དེའི་སྤྱི་བཞིན་ཁོང་ལ་དཀར་མི་རྣམས་ཀྱང་ཐོན་སོང་།

ཨ་མ་ནི་དེ་ནས་ཀྱང་དུ་ཐག་མཚོད་པར་འདུག་པ་ལ། ཁང་པོ་དང་མཛོས་སེའི་པ་མིང་སོགས་དེད་རང་གི་དཀར་མི་ཀུན་ཨ་མའི་སེམས་གསེ་ཕྱིར་བསྐྱད་ནས། ཆང་ལྟག་རྣམས་འཐུང་ཞིང་ཨ་མ་ལ་དམ་དུ། དུས་པས་མི་ཕན། དེ་རིང་འདིར་སྟོན་གྲལ་དུ་ཆོགས་པ་ཀུན་ལ་ཁོར་སློང་རེ་གྱིས། དེད་འདི་ན་ཡོད་པ་ཀུན་གྱིས་ཀྱང་ཅི་དྲག་རེ་སྟེར། ཨ་ཁུ་དང་ཨ་ཁེ་གཉིས་ཀྱིས་ཀྱང་ཅི་དྲག་རེ་སྟེར་འོང་ཟེར་བ་ལ།

ཨ་ཁང་ན་རེ་དེ་གཱིས་ལ་བྱ་འདི་ཡོན་ཏན་ཞིག་སློབ་ཏུ་ཐོངས། བྱིད་རང་མ་སྤྲད་པའི་  
 སར་སྤྲོད་ལ་ཞིང་གི་སོན་མ་གྱིས། ཅི་ཕན་བྱེད་པ་ལས་འོས་མེད། གང་ན་འང་ཨ་ཁུ་དང་ཨ་  
 བེ་ལ་ངོ་མི་ཆ་བཞིག་བྱེད་དགོས་ཟེར་བ་ལ། ཨ་མ་ན་རེ་རང་གི་ནོར་ལ་དབང་རྒྱུ་བྱུང་བའི་  
 སློང་བྱས་པའི་ནོར་གྱིས་བྱུ་ཆ་མི་སོས། ཨ་ཁུ་དང་ཨ་ཞེས་ངེད་རང་གི་ནོར་གྱི་ཆ་གཅིག་སྤྲད་  
 རུང་སྟེར་དགོས་མེད། བྱ་འདི་ཡོན་ཏན་ཞིག་སློབ་ཏུ་ཅིས་ཀྱང་གཏོང་། རེད་མ་སྤྲད་ཨ་ཁུ་  
 དང་ཨ་ཞེས་གཤམ་འཇམ་རང་མ་བཅོལ་བའི་རྟིང་ལ། རྩ་གདང་རྒྱུག་དང་དུད་པ་ལང་རྒྱུག་བྱས་  
 བས། ཁོང་གཉིས་ཀྱི་མངོན་སྟོན་འཆར་བ་ཡིན། ཞིང་གི་སོན་མ་ཡང་འདི་གཱི་ནས་བྱེད་ཟེར་  
 བས། ཅུང་མི་ཐོང་གདུག་ལ་བྱ་བན་སྤྲུགས་སྤྱིང་མ་པའི་སློབ་དཔོན་སྤྱོད་མ་བྱུང་མ་ཁན་  
 གྲོང་ཆོག་ལ་ཤིན་ཏུ་བྱིན་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེར་ང་ལྟོག་སློབ་ཏུ་བཏང་། དེ་དུས་གཉིན་ན་མས་ཀྱིས་  
 ཀྱང་ནོར་སློང་སྤྱོད་སྤྱོད་གཉིས་བྱིན་འདུག བྱེད་པར་མཛེས་མེད་པ་མས་རྒྱགས་རྒྱ་སྤྱོར་མེ་ཤིང་  
 ཡན་བསྐྱར་ནས་ང་ལྟོག་སློབ་སར་མཛེས་མེ་མོ་རང་མེ་མས་གསོ་ལ་ཡང་ཡང་བཏང་  
 བྱང་། ཨ་ཁང་གིས་ཨ་མ་དང་སྤྱིང་མོ་མི་ལས་དང་སྤྲད་དུ་མི་འགྲོ་བའི་དུས་ཀྱི་ལྟོ་བྱིན། ཨ་  
 མ་སྤྲད་དུ་ཨ་ཁང་གིས་མ་བཅུག་པར་མི་དེ་ལས་ཉིན་འཁལ་ཉིན་ཐགས་བྱེད་ཅིང་། རེད་མིང་  
 སྤྱིང་ལ་ཅི་ཕན་དང་ནོར་ཅི་གསོག་བྱས། སྤྱིང་མོས་ཅི་ལྟོགས་ཀྱིས་མི་གཡོག་དང་། རྩ་གདང་  
 རྒྱུག་དུད་པ་ལང་རྒྱུག་བྱས་ནས་ལྟོ་གོས་ཅི་རྟེན་བྱས་རུང་། ལྟོ་སྤྱོད་ལ་གོས་རྩལ་བ་ཡིད་ཕམ་པ་  
 ལས་སྤྱིད་པོ་རང་མ་སྤྱོད་གསུངས་པས། དེའི་ཆོ་ཆོས་ཉན་དུ་གྱུར་ཆོད་ཐུགས་སྤྱོད་ཤས་དང་  
 རེས་འབྱུང་གི་སློན་ས་མཆི་མ་འདོར་ཞིང་དར་ཅིག་ཀྱན་པ་རོག་པར་འདུག་གོ། །ལྟུག་བསྐྱལ་གྱི་  
 བདེན་པ་སྤུལ་བྱིན་ཐུགས་ཉམས་སུ་བཞེས་པའི་མཛོད་པ་སྟེ་གཉིས་པའོ། །

## གསུངས་པ། དགྲ་བོ་ཚར་བཅད་པ།

ཡང་རས་རྒྱུད་པས་མེ་བཙུན་ལགས། མེ་བཙུན་གྱིས་དང་པོ་ལས་ནག་པོ་མཛད་  
གསུངས་པ་མི་ལྟ་བུ་ཞིག་མཛད་ཞུས་པས། མཐུ་དང་མེར་བས་སྒྲིག་བསགས་པ་ཡིན་  
གསུངས་།

མེ་བཙུན་མཐུ་དང་མེར་བསྐྱོབ་པའི་ཉེ་བར་ལེན་པའི་རྒྱུ་མི་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱུང་ཞུས་པས།  
དམི་ཐོད་གདུག་ལྟོག་སྐྱོབ་དུས་རྒྱུ་མི་མདའ་རུ། སྤྱིད་སྟོན་གྱི་ཆར་ས་ཆེན་པོ་ཞིག་  
བྱུང་བ་དེའི་གྲུ་ལ་དབུ་ལ་སྐྱོབ་དཔོན་སྤྱན་དྲངས་པའི་ཕྱག་སྒྲིལ་དུ་ཡང་ཕྱིན། དེར་ཆང་མང་བ་  
དང་སྐྱོབ་དཔོན་ལ་བྱུར་ནས་གྲུ་ཆང་འདྲེན་མང་རབ་བྱུང་བ་ཀུན་ནས་བཏུངས་པས་བཟི་བེར་  
སོང་ཡོད་པ་ལ། སྐྱོབ་དཔོན་གྱིས་དུ་ལ་སྐྱོས་མ་རྣམས་བསྐྱར་ཏེ་སྟོན་ལ་བཟངས་པས། ཆང་  
གིས་བཟིབ་དང་། དེའི་ཉིན་སྤྱུ་ལེན་མ་བཙན་མས་ལ་སེམས་འཕྲོས་ནས། སྤྱུ་ལེན་སྤྱིང་འདོད་  
པ་ཞིག་བྱུང་བ་དང་། གྲེ་བ་བདེ་མོ་ཞིག་ཡོད་པས། སྤྱུ་ལེན་ཞིང་འོངས་པས། དེད་རང་གི་  
ཁང་པའི་མདུན་ན་ཡར་ལམ་ཡོད་པས་སྒྲིའི་ཐད་དུ་སྐྱོབ་ས་རུང་སྤྱུ་བྱངས་པས།

ཨ་མ་ནང་ན་ཡོས་རྩོད་ཀྱིན་ཡོད་པས་ཐོས་ནས། ཅི་ཟེར་སྐད་འདི་ནི་དཔེ་བུའི་སྐད་  
འདྲ། དེད་མ་སྤྱད་བས་སྤྱག་པ་ནི་ས་ཐོག་ན་མེད་པས་ཁོ་ནི་སྤྱུ་ལེན་མི་ཐང་སྐྱེམ་ནས་ཡིད་མ་  
ཆེས་པར་བལྟས་པས། དུ་ལེན་པར་ཤེས་ནས་ཉལ་ས་ཏེ། སྐྱམ་པ་གཡས་སུ་བོར། ཡོས་  
དྲུག་གས་གཡོན་དུ་བོར། ཡོས་རྩོད་འཕྲོ་ཆོག་ཏུ་བཙུག་ ལག་པ་གཡས་སུ་ཡོག་པ་ཞིག་  
ཁྱེར། གཡོན་དུ་ཐལ་བ་སྤྱར་གང་ཁྱེར། སྐྱས་རིང་བལ་ས་བབས། ཐུང་བལ་ས་མཆོངས་  
ནས་སྤྱིར་ཐོན་བྱུང་སྟེ། ཐལ་བ་དེ་གདོང་ལ་བཏབ། ཡོག་པ་དེ་མགོ་ལ་ལན་འགའ་བརྒྱབ་  
ནས། ཡབ་མི་ལ་ཤེས་རབ་རྒྱུ་མཆོན་ཁྱེད་ལ་བུ་འདི་འདྲ་སྤྱེས་སོ། ཁྱེད་རབས་ཆད་གདའ་  
བ། དེད་མ་སྤྱད་ཀྱི་ལས་བསྐྱོས་ལ་གཟིགས་དང་ཟེར་ཨ་མ་ཡུད་ཅིག་བརྒྱལ་ནས་འབྲེལ་

འདུག་པའི་ཆོ། སྤྱིང་མོ་ཡང་ཐོན་བྱུང་སྟེ། ཨ་ཇོའི་བསམ་སྒྲོལ་ཨ་མ་ལ་ལྟོས་དང་ཟེར་བ་  
 ཞིང་འདུག་པ་ལ་བདེན་སྟུང་ནས། ང་རང་ཡང་མཆིམ་མང་པོ་ཤོར། དེད་མིང་སྤྱིང་གཉིས་  
 གྱིས་དུ་བའི་ངང་ནས་ཨ་མའི་ལག་པ་མཉེད་བཞིན་བོས་པས་དར་ཅིག་ནས་བརྒྱལ་བ་སངས་ཏེ་  
 ལངས་བྱུང་ནས། དུ་བའི་གདོང་གིས་ང་ལ་ཅེ་མེ་བལྟས་ནས། བྱུང་མེ་མ་སྤྲད་པས་སྟུག་  
 པ་ས་ཐོག་ན་མེད་པ་ལ་ཁྱོད་སྟུ་ལེན་པ་བྱན་པ་རང་འདུག་གམ། ང་མཆན་མོན་གྱི་བསམ་མཚན་  
 གཏོང་གིན་ཡི་མུག་པ་དང་དུ་བྱོ་བ་མིན་པ་མི་འདུག་ཟེར། སྟེ་སྟུག་ས་འདོན་ཞིང་དེད་མ་སྤྲད་  
 ག་སུམ་ཀ་དུས་སོ། །

དེ་ནས་ངས་ཨ་མ་ལ་ཨ་མ་བདེན་ཏེ། དེ་ཙམ་གྱི་སྟུག་པ་མ་བྱེད། ངས་ཨ་མ་གང་  
 འདོད་པའི་ལས་བྱའོ་བྱས་པས། ཨ་མ་ན་མེད་དག་ཁྱོད་གྱི་སྟེང་དུ་བེར་གྱོན། འོག་ཏུ་རྟ་ཞོན་  
 པའི་ཡོབ་ཆེན་སྤང་བ་དག་འདི་ཆོའི་གཉེན་ཐོག་ན་པར་ལུང་དེ་བཞིག་འདོད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་རང་  
 མི་འོང་བ་འདྲ། དན་ག་ཡོ་ཆེ་ར་བའོང་བ་འདྲ་བ་འདུག་པས། མཐུག་གཏད་སེར་གསུམ་མཐར་  
 ཕྱིན་པ་ཞིག་བསྐྱབས་ནས། ཨ་ཁུ་དང་ཨ་ནེས་གཙོ་བྱས་པའི་ཡུལ་མི་བྱིམ་མཆོས་རང་མེ་མ་  
 སྤྲད་ལ་སྟུག་པོ་གཏོང་མཁན་འདི་ཀུན་རྩ་བ་དག་བརྒྱད་ནས་རབས་ཆད་པ་ཞིག་འདོད་དེ། ཨོ་  
 འོང་ལྟོས་དང་ཟེར་བ་ལ། ངས་ཨོ་འོང་བ་ལྟོས་ཨ་མ་རང་སྤྲུམ་འདི་འབྲུལ་བ་དང་ང་རང་གི་  
 རྒྱགས་ཅི་འགྱོར་གྲབས་གྱིས་ཤིག་བྱས་པས།

ཨ་མས་མཐུ་སྟོབ་པའི་ཆ་རྒྱུན་དུ་ཞིང་བྱེ་བེ་སྟན་རྒྱུད་གི་བྱེད་བཅོངས་པའི་རིན་ལག་ཡུ་  
 གླར་ཆེན་འོད་འཕྲོ་བྱ་བ་ཞིག་དང་། རྟ་དཀར་པོ་སེང་གོ་སྒྲབ་མེད་བྱ་བ་ཡུལ་ན་དག་འབ་ཞིག་  
 དང་། ཆོས་ལུང་གཉིས་བུར་ལུང་གཉིས་ཁུགས་འདུག་པའི་བུར་ལུང་གཉིས་འཕྲལ་དགོས་ལ་  
 སྤྲད་ནས་གྲབས་ཆོར་བ་དང་། ང་གུང་ཐང་གི་སྟུན་གྲུབ་མགོན་ཁང་བྱ་བར་ཞག་འག་འབས་དྲ་  
 ནས་ལམ་གྲོགས་བཅོལ་བས་མངའ་རིས་དོལ་ནས་ཡིན་ཟེར་བའི་གཅེས་སྟུག་ལྷ་དབྱུས་གཙང་  
 གི་སྟོགས་ལ་ཆོས་དང་མཐུ་སྟོབ་ཏུ་འགྲོ་བ་ཡིན་ཟེར་སྟེ་བས་བྱུང་བ་ལ། ང་ཡང་མཐུ་སྟོབ་ཏུ་

འགྲོ་བས་རང་རེ་རྣམས་སྒེབ་འགྲོ་བས་པས། རུང་ཟེར་བ་དང་། ལུང་ཐང་སྒྲུང་དུ་བྲིད་ཕྱིན་  
ནས་ཞག་ཤས་རེད་ཀྱིས་ཞབས་ཏོག་བྱས། དེ་བར་ལ་ཨ་མས་ཁོང་རྣམས་ལ་ངའི་པག་ཏུ་རེད་  
ཀྱི་བྱ་འདི་ལ་སླིང་རུས་ཡེ་མེད་དོ། །ཁྱེད་གྲོགས་པོ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱུ་ལ་ཕྱག་ཀྱིས་ལ་མཐུ་ཡིན་  
ཏུ་མ་པས་པ་ཞིག་སློབས་ཤོག་ཅིག། འདིར་སློབས་དུས་སྒྲ་ཡོན་དང་བྱ་དག་འག་ཟབ་པ་བྱེད་དོ་  
ཟེར་བ་བྱས་འདུག།

དེ་ནས་རྟ་ལ་ཚོས་ལུང་གཉིས་བཀལ། གཡུ་ལུས་ལ་བཅངས་ཏེ། རེད་རྣམས་ཀྱིས་  
ལམ་དུ་ཆས་པ་ལ། ཨ་མ་ཐག་རིང་གི་བར་དུ་སྐྱེལ་དུ་ཕྱིན་པའི་ལམ་བར་དང་། སྐྱེལ་ཆང་  
འཐུང་སར་ཨ་མས་ངའི་གྲོགས་པོ་རྣམས་ལ་ཁབ་དྭ་མང་པོ་བྱེད་ཅིང་འདུག། བྱེད་པར་དུང་  
རང་བྱུར་དུ་བཀར་ནས། མ་གཅིག་དང་བྱ་གཅིག་འབྲལ་མ་མེད་པར་ཨ་མས་ངའི་ལག་པ་ནས་  
བཟུང་སྟེ་བཅང་བཅང་བྱས་ཤིང་གཤོང་མཆི་མས་གང་བའི་དུང་ག་གིས་བུ་ཕུ་ཅག་མ་སྒྲུང་ཀྱི་  
ལས་བསྐྱོས་ལ་ལྟོས་ལ། ལུལ་དུ་མཐུའི་རྟགས་ཐོན་པ་ཞིག་ཅིས་ཀྱང་ཀྱིས་ཤོག་ཅིག། ཁོང་  
ཚོའི་མཐུ་དང་ཕུ་ཅག་གི་མཐུ་མི་འདྲའོ། །ཁོང་ཚོ་གཅིས་སྤྲུག་རང་དག་འརྒྱགས་པའི་མཐུ་ཡིན་  
པར་འདུག། ཕུ་ཅག་མ་སྒྲུང་སྤྲུག་ཐུག་པའི་མཐུ་ཡིན་པས་ཁྱོད་སླིང་རུས་སྐྱེད་ཤོག་ཅིག། རྒྱལ་  
གལ་ཏེ་བྱ་ཁྱོད་ཀྱིས་ལུལ་དུ་མཐུའི་རྟགས་མ་ཐོན་པར་ལོག་བྱུང་ན། ང་མ་རྒྱལ་མོ་ཁྱོད་རང་གི་  
མ་དུ་རུ་ཕྱེ་བས་ནས་ཤི་སྟོད་དོ་ཟེར། དམ་བཅའ་བསྐྱོས་ནས་རེད་མ་སྒྲུང་སོ་སོར་བྱས་པ་  
ལས། ང་ཨ་མ་ལ་སེམས་འཕྲེང་དྲགས་ཏེ། ཡང་ཡང་སྤྱི་མིག་ལྟ་བ་དང་མཆི་མ་མང་པོ་  
ཤོར། ཨ་མ་ཡང་དབྱ་གཅིག་པོ་ལ་སེམས་འཕྲེང་བས། རེད་རྣམས་མཐོང་མཐོང་གི་བར་དུ་  
ང་ལ་མིག་ཅེ་རེ་དུ་ཞིང་བསྐྱད་འདུག་པ་ལ་ང་ཡང་ཨ་མ་དང་ཡུད་ཅམ་ཞིག་འཐུང་པ་ལ་ཕྱིར་  
ལོག་གམ་ལོག་གམ་སྒྲུལ་པའི་སེམས་ཤིན་ཏུ་འཕྲེང་བ་ཞིག་བྱུང་སྟེ། རེད་མ་སྒྲུང་ཕྱིས་མི་  
འཐུང་པ་དེ་སེམས་ཀྱིས་ཚོར་བ་ཡིན་པར་འདུག། མི་མཐོང་བ་དང་ཨ་མ་ལུལ་དུ་དུ་ཞིང་ལོག་

ཕྱིན་པས། ཞག་འག་འནས་མུང་ཚད་ཀར་རྒྱན་གྱི་བུ་མཐུ་སློབ་ཏུ་སོང་འདུག་ཟེར་བའི་གྲགས་  
པ་ཆེན་པོ་བྱུང་འདུག།

དེད་རྣམས་དབུས་གཙང་གི་ལམ་དུ་ཞུགས་ནས་ཕྱིན་པས། གཙང་རོང་གི་གཡག་སྒེ་  
ཞེས་བྱ་བར་སླེབས། དེར་སྤྲུག་པོ་ཆེན་པོ་གཅིག་ལ་ཏུ་དང་ཚོས་རྣམས་བཙོངས་པས་རིན་  
གསེར་དུ་བྱུང་བ་ལུས་ལ་བཙངས་ཏེ། གཙང་པོ་བརྒྱབ་ནས་དབུས་སྤྱོགས་ལ་གཏད་ཕྱིན་  
པས། ཐོན་ལུག་ར་ཁ་བྱ་བར་དབུས་པའི་བན་བཙུན་མང་པོ་དང་ཕྱད་དེ། དེ་རྣམས་ལ་དབུས་  
སྤྱོགས་རྣམས་གཏད་སེར་གསུམ་ལ་མཁའ་པ་ཇི་སྐད་བྱ་བ་ཡོད་ཀྱིས་པས། བན་དེ་གཅིག་ན་རེ་  
ཡར་ལུང་སྐྱོར་པོ་གོང་བྱ་བ་ན་སྒྲམ་གཉག་གཡུང་སྟོན་ཁོ་རྒྱལ་བྱ་བ་བཞུགས་ཏེ། ཁོང་མཐུ་  
གཏད་སོགས་དྲག་སྤྲུགས་ལ་གྲུབ་པ་ཐོབ་པ་ཡིན་ཟེར་ཏེ། བན་དེ་དེ་ཁོང་གི་སློབ་མར་  
འདུག། དེ་ནས་དེད་རྣམས་སྒྲམ་གཡུང་སྟོན་ཁོ་རྒྱལ་རང་ལ་གཏད་ཕྱིན་པས་ཡར་ལུང་སྐྱོར་པོ་  
གོང་དུ་སླེབས།

སྒྲམ་དང་མཇལ་བའི་ཆེ། ཁོང་གྲོགས་པོ་རྣམས་ནི་ཕྱག་རྟེན་སྣ་རེ་ཙམ་ལས་མི་གཏོང་  
བར་འདུག། ངས་གསེར་གཡུ་ཀུན་ལུ་ཏེ། འདི་མིན་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ཡང་  
འབྱུལ། བདག་ལ་ཡུལ་མི་བྱིམ་མཆོས་སྦྱིད་དུ་པངས་པ་འག་འབདོག་པས། ཡུལ་དུ་རྟགས་  
ཐོན་པའི་མཐུ་ལུ་དུ་ཕྱིན་པ་ཞིག་ཐུགས་ཆེས་འཛིན་པར་ཞུ་ཞིང་། དེ་བར་གྱི་ལྟོ་གོས་ཀྱང་  
ཐུགས་ཆེས་འཛིན་པར་ཞུ་ཞུས་པས། སྒྲམ་ཞལ་འཇུམ་པ་ཞིག་མཛད་ནས། ཁྱོད་ཀྱི་གཏམ་དེ་  
རྣམས་ལ་བརྟག་པར་བྱ་གསུང་།

དེ་ནས་དེད་རྣམས་ལ་མཐུ་མཐིལ་ཕྱིན་པ་ནི་མ་བསྐྱབས། གནམ་ས་ཁ་བརྒྱུས་པ་ལྟ་  
བུའི་ཁ་པོ་ཡོད་པའི་དན་སྤྲུགས་སྣ་རེ་ཙམ་དང་། ཡང་ཕན་བྱེད་ཀྱི་གཏམས་ངག་ཕྱག་ལེན་དང་  
བཙས་པ་སྣ་རེ་ཙམ་གནང་ནས་ལོ་གཅིག་ཙམ་སོང་བ་དང་། ངའི་གྲོགས་པོ་ཀུན་ལོག་འགྲོ་  
གྲུབས་བྱེད་ཅིང་འདུག་པ་ལ། སྒྲམས་དབུས་སྤྲུག་གི་གོས་ལེགས་པ་རེ་ཀུན་ལ་བཙོངས་ནས་



གནང་གིན་འདུག འདི་ཡིད་ཅིག་མ་ཆེས་ཏེ། མཐུ་དེ་དག་གིས་ཡུལ་དུ་རྟགས་ཐོན་པ་ཡང་  
དགའ་བར་འདུག མཐུ་དེ་རྟགས་མ་ཐོན་བར་ཡུལ་དུ་ལོག་རུང་ཨ་མ་ལྟེན་པས་ཏེ་འཆི་བ་མིན་པ་  
མི་འོང་སྐྱམ་ནས་གྲུ་བས་མ་བྱས་པས། གྲོགས་པོ་རྣམས་ན་རེ། ཐོས་པ་དགའ་ཡང་མི་  
འགྲོ་འཇམ་ཟེར། ང་འགྲོ་བ་ལ་མཐུ་མ་ལོ་བས་བྱས་པས། ཁོང་རྣམས་ན་རེ་རང་རེས་བསྐྱེན་པ་  
སྦྱིལ་རུས་ན་གདམས་ངག་དེ་ཀུན་ཟབ་མོ་རང་འདུག སྐྱེ་མ་རང་ལ་འང་དེ་བས་ལྷག་པ་མེད་  
གསུང་གིན་འདུག་པས། དེད་རྣམས་ཀྱིས་མཐུ་དེ་སྒྲོ་འདོགས་ཆོད། ཁྱོད་རང་ལྷག་མ་འདྲ་ཨོ་  
གནང་གྲོས་ཤོག་ཟེར། ཁོང་ཆོས་སྒྲུ་མ་ལ་གཏང་རག་དང་ཕྱག་ཕུལ་ནས་ཆས་འདུག་པ་  
ལ། ངས་ཀྱང་སྒྲུ་མས་གནང་བའི་གོས་དེ་གྲོན་ནས་ཁོང་རྣམས་བྲོ་ལམ་ཞིག་གི་བར་  
བསྐྱལ། ཁམས་བདེ་བྱས་ནས་ཁོང་ཆོ་ཡུལ་དུ་ལོག་སོང་།

ང་སྒྲུ་མ་དེ་དུང་དུ་ལོག་འོངས་པའི་ལམ་ལ། རྟ་བོ་དག་སྤངས། བསྐྱང་གི་གཅི་  
བ། ཁྱི་ལུང་རྣམས་འཐུ་ཞིང་འོངས་པས་ཐུ་བ་ཁྲིག་པ་གང་ཆེད་པ། སྒྲུ་མ་དེ་གསོལ་ཞིང་  
གཤེན་པོ་རང་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་བར་ས་ཁུང་བྱས་ཤིང་སྤྱོད་པ། སྒྲུ་མ་གཟེམས་ཁང་གི་སྟེང་ན་  
ཡོད་པས་གཟིགས་ཏེ། སྒྲུ་པ་འགའ་ལ་ངལ་སྤར་སྒོ་བམ་ཇི་སྟེད་ཅིག་བྱུང་སྟེ། མ་གྱི་བསམ་ཤ་  
ཚ་བ་མ་བྱུང་། ད་དུང་ཡང་མི་འོང་། ཁོ་དན་ངས་ངལ་ཁམས་བདེ་ལྷུར་མི་འོང་བ་དེ་ཡང་  
ལོག་འོང་བའི་རྟགས་སུ་འདུག ཁོ་དང་པོ་བའི་སར་སྟེན་བས་འོངས་པའི་ཆོའང་ངལ་ཡུལ་མི་  
ཁྱིམ་མཆོས་སྦྱིད་དུ་པངས་པ་ཆོ་ཞིག་ཡོད་པས། མཐུ་གནང་བར་ལུ་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་  
འབུལ་ཟེར། སྐྱོན་པ་མ་གྱི་འདྲ་ཞིག་འོང་བ་ ཁོའི་གཏམ་དེ་རྣམས་བདེན་ན་མི་མཐུ་མ་བྱིན་ན་  
སྟིང་ཡང་རྗེ་བར་འདུག་གསུངས་པ་སྒྲུ་བ་ཞིག་གིས་ངལ་བསྐྱར་བས། གོ་བཅད་མཐུ་ཟུར་པ་  
ཞིག་འོང་བར་འདུག་སྐྱེམ་དགའ་ནས། སྒྲུ་མ་དེ་དུང་དུ་བྱིན་པས། སྒྲུ་མ་དེ་ཞལ་ཏལ་ཐོས་པ་  
དགའ་ཁྱོད་ལོག་མི་འགྲོ་བཅི་ཡིན་གསུངས། དེར་ངས་སྒྲུ་མ་རང་གིས་གནང་བའི་གོས་དེས་

ཕྱག་རྟེན་བྱས་ཕྱག་ཐུལ། ཞབས་སྦྱོར་བར་སྒྲུངས་ཏེ། སྤྱི་མཐོང་པོ་ཆེ། བདག་དེད་མ་སྒྲུང་  
 གསུམ་ཡོད་པ་ལ་ཨ་ཁུ་དང་ཨ་ནེས་གཙོ་བོ་བྱས་པའི་ཡུལ་མི་ཁྱིམ་མཚོས་འགའ་དགར་ལངས་  
 ཏེ། མི་འཚོ་པའི་སྤྱོད་ཁྱེད་སྒྲོལ་གསུམ་གྱི་སྒྲོལ་སྒྲུག་པོ་རང་བཟང་། དེ་ལ་ལན་གཞན་སྒྲུག་  
 པའི་སྒྲོལ་སྒྲུག་མེད་པར། ཨ་མས་བདག་མཐུ་སྒྲོལ་བྱ་བ་རྒྱུ་ལངས་པ་ལགས། བདག་གིས་མཐུ་འི་  
 རྟགས་མ་ཐོན་བར་ཡུལ་དུ་ལོག་ན། བདག་གི་མ་དུ་དུ་ཨ་མ་སྦྱེ་བས་ནས་འཆི་བ་ཡོད་པས་མ་  
 ཕྱིན་པ་ལགས། དེས་ན་མཐུ་མ་ཐོན་ཕྱིན་པ་ཞིག་གནང་བར་ཞུ་ཞེས་ཞུ་བ་ཐུལ་ནས་དུས་  
 པས། ཁྱོད་ལ་ཡུལ་མིས་སྒྲུག་པོ་ཇི་འདྲ་བཟང་གསུང་། ངས་ཡབ་མིལ་ཤེས་རབ་རྒྱུལ་  
 མཚན་སྒྲུག་ཤེས་ཀྱིས་ལན། ཨ་ཁུ་དང་ཨ་ནེས་སྒྲུག་པོ་བཟང་ཚུལ་རྣམས་དུང་ག་གིས་རྒྱས་  
 པར་ཞུས་པས། སྤྱི་མཐོང་པོ་སྒྲུག་ཆབ་ཉིལ་མཛད་ནས། དེ་ལྟར་བདེན་ན་ཉ་ཅང་མི་འོས་པར་  
 འདུག་པས། མཐུ་ངས་བྱས་ཀྱང་ཆོག་པར་འདུག་སྟེ། ཏུ་ཏེ་བ་ལར་མི་འདྲིན། ལར་དཔེ་  
 མཐུ་འདི་ལ་སྤྱོད་མང་འུ་སྒྲོལ་གསུམ་མན་གསེར་གཡུ་བརྒྱུ་འབྲུལ་སྤྱོད་འབྲུལ། སྤྱོད་མཛོ་  
 ཁམས་སྤངས་གསུམ་མན་ཇ་སིགས་དང་གོས་དར་བརྒྱུ་འབྲུལ་སྤྱོད་འབྲུལ། བར་དཔུས་གཙང་  
 རུ་བཞིན་སྒྲུག་དང་མར་ནས་བརྒྱུ་འབྲུལ་སྤྱོད་འབྲུལ། བྱར་དྲགས་ཀོང་གསུམ་མན་  
 མཛོ་རྟ་དང་གནག་ལུག་བརྒྱུ་འབྲུལ་སྤྱོད་འབྲུལ་བྱུང་སྟེ། ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་མན་ལུས་ཐེར་བ་  
 ཁྱོད་ལས་མ་བྱུང་བས། མི་ཁྱོད་ཀྱི་གཏམ་དེ་ལ་བརྟག་པ་སྒྲུར་བ་ཞིག་བྱེད་གསུངས་  
 བས། དེའི་ཆོ་སྤྱོད་ལ་སྤྱོད་བས་བང་མཁྱོགས་པ། སྤྱོད་པོ་ཆེ་བས་སྤོབས་ཆེ་བ་ཞིག་ཡོད་  
 པ་དེ་དཔེ་ཡུལ་དུ་བཟུར་བཟང་བས། ཁོང་རྒྱུར་དུ་འཁོར་བྱུང་སྟེ། སྤྱི་མཐོང་པོ་ཆོས་པ་  
 དག་འབདེན་པར་འདུག་པས། མཐུ་ཤིན་ཏུ་གནང་དགོས་པར་གཤོལ་ཞུ་ཞིང་འདུག་པ་ལ། ང་  
 ལ་སྤྱི་མཐོང་པོ་ཆོས་པ་དང་པོ་ནས་ཅོ་ཅོ་ལ་མཐུ་ཕྱིན་ན་སྤོབས་པ་ཁྱོད་ཀྱིས་བྱེད་བྱེད་ཀྱིས་  
 དོགས་པ་ཡིན། ད་བདེན་པ་ཡོད་འདུག་པས། མཐུ་སྤེར་མཐུ་སྒྲོལ་བྱ་གཞན་ཞིག་ཏུ་འགྲོ་  
 ང་གོས་ཏེ། ང་ལ་མཐུ་གཟུང་གཤོལ་དང་དམར་ནག་ཅེས་བྱ་བ་རྩྱུ་ཤི་དང་པུ་འབྲུལ་ཐོངས་པ་ཞིག་

ཡོད་པ་དེ། གཙང་རོང་གི་གཞུབས་ཁུལ་ལུང་བྱ་བ་ན་སྒྲུལ་ཁུལ་ལུང་པ་ཡོན་ཏན་རྒྱུ་མཚོ་བྱ་བ་སྒྲུལ་  
ཡང་ཤེས་སྒྲགས་ཀྱང་ཤེས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་བྱིན། ཁོང་ལ་སེར་བ་མཛུབ་བྲིད་ཐོངས་པ་  
ཞིག་འདུག་པ་དེང་ལ་བྱིན་ནས། དེད་གཉིས་མཐུན་པའི་གྲོགས་པོ་བྱས་ཏེ། ང་ལ་མཐུསློབ་  
ཏུ་བྱུང་ཚད་ཁོང་ཅན་དུ་བཏང་བར་བྱས། ཁོང་ལ་སེར་བ་སློབ་ཏུ་བྱུང་ཚད་ཅན་དུ་བཏང་བར་  
བྱས་ཡོད་པས། དེས་ན་ཁྱོད་ཀྱང་ཁོང་གི་དུང་དུང་རང་གི་བུ་འདི་དང་བསྐྱེབས་ནས་གཏོང་བ་  
ཡིན་གསུངས།

ཁོང་རང་གི་སྐྱས་ཆེབ་དཔེ་མ་དབང་ཕུག་བྱ་བ་དང་། ང་གཉིས་ལ་རྒྱགས་ཐོང་དུ་  
དབུས་ཀྱི་ཕུག་དང་ཐེར་མ་འདྲེས་པ་མཛོལ་པ་ཅིག་དང་། ཕུག་རྟགས་རྟེན་དང་བཅས་པ་  
བསྐྱར་ནས། གཙང་རོང་གི་གཞུབས་ཁུལ་ལུང་དུ་བྱོན་པས། སྒྲུལ་གཞུབས་རྒྱུང་པ་དང་མཛུབ་  
ཏེ། སྒྲུལ་བུ་བུབས་པའི་ཕུག་རྟེན་དང་། སྒྲུལ་པའི་ཕུག་རྟགས་རྟེན་དང་བཅས་པ་ཕུལ་  
ནས། དེར་ཡང་རྒྱུ་མཚན་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་པར་ཁུས་ཏེ་མཐུ་སྒྲགས་ལ་འདོགས་པར་ཁུ་ཁུས་  
པས། སྒྲུལ་པའི་ཞལ་ནས། ངའི་གྲོགས་པོ་བྱི་ཐག་རིང་། ལལ་ལྷུང་བཅོན། བྲེད་གཉིས་ལ་  
མཐུའི་གདམས་ངག་ཅིས་ཀྱང་སྟེར་བ་ཡིན་པས། ངི་སྒྲུལ་གིར་ལག་མཐུས་སྒྲགས་མི་ཚེ་བའི་  
སྒྲུབ་ཁང་ཕྱི་གས་གསུངས། དེར་འོག་ཏུ་ཐོག་རིམ་གསུམ་ཡོད་པ། སྟེང་དུ་ཐོག་རིམ་གཅིག་  
ཡོད་པ་ལ་གདུང་བཟང་པོ་ཉ་ག་ཞིབས་ག་ཞིབས་བཏང་། མཐུའི་པ་བོང་ག་ལག་རོ་ཙམ་གྱིས་གོ་  
མཚམས་མེད་པར་གཏམས་ནས། སྒྲུབ་ཁང་གི་སློབ་ཞན་གྱིས་མི་ཤེས་པ་དང་། ལག་མཐུས་  
སྒྲགས་མི་རྒྱེད་པ་བྱས།

དེ་ནས་མཐུའི་གདམས་ངག་གཞན་ལྟེ། མཐུ་བསྐྱབས་ནས་ཞག་བདུན་སོང་བ་  
དང་། སྒྲུལ་བྱོན་ནས། སྒྲུལ་ཡིན་ན་ཞག་བདུན་རེས་ཚོག་གི་ཡོད། ད་ལན་ཡང་དེས་ཚོག་  
འོང་གསུང་བ་ལ། ངས་ཐག་རིང་གི་མཐུ་ལགས་པས་དུང་ཡང་ཞག་བདུན་བསྐྱབས་པར་ཁུ་  
ཁུས་པས། འོན་སྐབས་ཤིག་གསུང་བསྐྱབས་པས། ཞག་བཅུ་བཞི་འགྲོ་བའི་རུབ་མོ་ ཡང་

སྒྲུལ་བྱེད་ཏེ། རོ་ལུ་དགྲིལ་འཁོར་གྱི་མཐར་མཐུའི་རྟགས་འོང་བ་ཡོད་དོགས་ཤིང་། དེའི་  
 ལུ་མོ་བཀའ་ལྟར་དཔལ་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་མི་མགོ་སྒྲུལ་བྱེད་པའི་ལྷ་དོན་སྦྱིང་དང་བཅས་པ་དཔལ་ཅན་  
 རེ་ཁྱེར་བྱུང་ནས། ཁ་སང་ནས་དེད་འཁོད་རང་འཁོད་ཅིང་བསྐྱུལ་བ་དེ་འདི་ཀ་དགོས་པ་ཡིན་  
 འོང་ཟེར་དགྲིལ་འཁོར་གྱི་མཐར་སྤྲངས་སོང་། བདས་པར་ཡང་སྒྲུལ་བྱེད་ནས་དཔུང་སྒྲོལ་རྩ་  
 གཉིས་འདུག་པ་སྒྲོལ་ལམ་འཛིག་གསུང་། དེར་དས་སྦྱིང་ཆེ་མ་དང་བདེན་གཤགས་བདར་  
 བའི་རྟེན་དུ་འཛིག་པར་བྱ་བྱས་ནས་བཞག་པས་ཨ་ཁུ་དང་ཨ་ནེ་ལུས་འདུག དེར་དཔལ་ཅན་  
 ཆོས་སྦྱོང་རྣམས་ལ་གཏང་རག་གི་ཆོག་ས་གཏོར་ཕུལ་ནས་མཆོམས་གྲོལ་ལོ། ཁུ་ལུང་ནད་ལྟ་ཡང་  
 རྒྱལ་ཁབ་གི་ལུ་ཡོད་དོ། །

དེའི་དུས་དཔེ་ལུ་ལ་སྤྱད་ཅ་རུ། མཐུའི་རྟགས་ཇི་འདྲ་ཞིག་བྱུང་སྟེ་མཐུ། ཨ་ཁུའི་བུ་  
 ཆེ་བ་ལ་བག་མ་སྤངས་པའི་བག་སྟོན་གྱིས་ར། ཨ་ཁུའི་བུ་རྣམས་དང་མནའ་མས་ཐོག་དངས་  
 དེད་མ་སྤྲད་ལ་ཡིན་ཏུ་སྤང་བའི་མི་མདའ་སྒྲུལ་བྱེད་པའི་ལྷ་ནད་དུ་འཛིན། མགྲོན་པོ་གཞན་རྣམས་  
 དང་དེད་ལ་དཀར་མི་རྣམས་ཆས་འོང་བའི་ལམ་བར་གྱི་སྤྱོད་མོ་ལ། མི་བདག་བདག་ཏུ་  
 རེ། བདག་པོ་སྒྲིམ་འདོན་ཟེར་བའི་གཏམ་དཔེ་ཇི་བཞིན་བྱེད་མཁན་སྦྱིང་མ་སྤྲུག་འདི་ཆོ་ལ་  
 ཐོས་པ་དགའི་དག་མཐུ་མི་འོང་རུང་། དཀོན་མཆོག་གི་བདེན་མཐུ་ཞིག་འོང་ཐང་བ་ལ་  
 ཟེར། འདུས་འོང་བ་རྣམས་ནད་དུ་མ་རྩྱུང་ཅམ་གྱི་བར་དེར། ཨ་ཁུ་དང་ཨ་ནེ་གཉིས་ཀྱིས་མི་  
 འདི་ལ་ཟམ་འདི་སྟེར་དང་ལན་འདི་བསྒྲོག་གི་གྲོས་བྱེད་ཅིང་བྱིར་བསྤྲད་པའི་དུས་སུ། སྤར་  
 དེད་རང་གི་གཡོག་མོ་བྱིས་ཨ་ཁུའི་གཡོག་བྱེད་བཞིག་རྩ་བཅུ་ཕྱིན་པས། ར་བན་རྟེན་མང་པོ་  
 བཏགས་ཡོད་པ་མ་མཐོང་བར། སྤྲིག་པ་དང་། སྤྲོམ་དང་། སྤྲུལ་དང་། སྤྲུལ་ལྟོང་ལ་  
 སོ་གས་པས་གང་བའི་ནད་ན་སྤྲིག་པ་རུ་ཅན་གཡག་ཤད་ཅམ་ཞིག་གི་རུ་བར་ན་ཀ་བ་བཅུག་སྟེ་  
 བྱིར་འཐེན་པ་མཐོང་བས་འཛིགས་དྲགས་བྱོས་ཏེ་བྱིར་ཐོན་མ་ཐག་ཏུ། ར་བན་རྟེན་མ་ཆོན་མ་  
 དང་གསེབ་འདྲེས་པ་མང་པོ་བཏགས་ཡོད་པ་ལས། གསེབ་ཀྱིས་ཆོད་མར་བཅོས་པས། རྟ

ཀུན་འདོགས་པའི་ཐུན་པ་། རྒྱུ་མཉམས་གསེབ་ལ་ཐུབ་པ་ཀ་བ་ལ་ཐོག་པས་ཀ་བ་འབྱེལ་  
 ཏེ། ཁྱིམ་གཏིབས་པའི་གཏིབས་འོག་ཏུ་ཨ་ཁུའི་བུ་རྒྱུ་མཉམས་དང་། མནའ་མ་སོགས་མི་མདའ་  
 སུམ་རུ་སོ་ལཱ་ཤིབས་ཁང་པའི་ནང་ས་འཛུབ་དང་རོས་གང་། ཕྱི་དུ་ཆོང་གིས་གང་བ་དེ་བཅུས་  
 མཐོང་སྟེ། ལྷུང་དུ་ཨ་མའི་སར་ཕྱིན་ནས། ཨ་མ་ཨ་མ་ཨ་ཁུའི་ཁྱིམ་གཏིབས་ནས་མི་མང་  
 སོ་ཤི་འདུག་ལྟོས་དང་ཟེར་བའི་གཏམ་བཤད་པས། ཨ་མས་བདེན་ནམ་མི་བདེན་སྟུམ་དགའ་  
 དྲགས་ལངས་ཏེ་བལྟས་པས། ཨ་ཁུའི་ཁྱིམ་ས་འཛུབ་ཕྱུར་རེ་བ་དང་། ལུང་པ་དུ་ཅི་ཐོག་  
 ཐོག་པ་མཐོང་སྟེ། ཏྲ་ལས་པ་ལྟར་དགའ་ནས། དེའི་ཆོ་ཨ་མས་དབྱུག་པ་རིང་པོ་ཞིག་གི་ཆེ་  
 ལ་གོས་རྩལ་བསྐྱོན་ཏེ་ཕྱར་ནས། སྐད་ཆེན་པོས་གསོལ་ལོ་མཆོད་ཅིག ལྷ་སྐྱེ་མ་དགོན་  
 མཆོག་གསུམ། ཁོ་དེ་ཡུལ་མི་ཁྱིམ་མཆོས་པ་ཀུན་མི་ལ་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཆོན་ལ་བུ་སྐྱེས་ཨོ་  
 འདུག ད་མུང་ཆོ་དཀར་རྒྱལ་ཁྱིས་གོས་རྩལ་གྱིན། ལྟོ་དན་ཐོས་ནས་བུའི་རྒྱགས་སྤྱངས་པ་  
 ལ་དོན་བྱུང་ཨོ་འདུག་ལྟོས་དང་། དང་པོ་ཨ་ཁུ་དང་ཨ་ཞེ་གཉིས་ན་རེ་མ་སྤྲད་ཆོ་མང་ན་དམག་  
 རྩོངས། ཉུང་ན་མཐུ་ཐོངས་ཟེར་བ་བྱས་སོ། །དུང་བའི་མཐུ་བཏང་བས་མང་བའི་དམག་  
 ལས་ལྷག་པ་ཞིག་བྱུང་ངོ་། སྤྱིང་གི་མི་ལ་ལྟོས། འོག་གི་རྩུགས་ལ་ལྟོས། བར་གྱི་ནོར་ལ་  
 ལྟོས། ལར་མ་ཤི་ཆོ་རིང་ཅན། བུས་བསྟན་པའི་ལྟ་མོ་འདི་འདྲ་མཐོང་བའི་དུས་བྱུང་བ་  
 ཡིན། ད་མུང་ཆོ་དཀར་རྒྱལ་ལ་དལ་ན་ལས་ཉམས་དགའ་བ་ཨོ་འོང་ལྟོས་དང་ཟེར། སྤྱིང་  
 ཆོས་དང་གཤགས་བདར་བ་ཁྱིམ་དུ་མཆོད་པ་ཀུན་གྱིས་ཐོས་པས། ལ་ལན་རེ་མོ་བདེན་ཁྱེད་དུ་  
 འོང་ཟེར། ལ་ལན་རེ་བདེན་པ་བདེན་ཏེ་དལ་ན་ཏུང་དྲགས་ཟེར། དེའི་སྟོབས་ཀྱིས་མི་ཤི་  
 བྱུང་བ་ཀུན་གྱིས་ཐོས་ནས་འཆོགས་ཏེ། མོས་དལ་ན་གྱི་ཕུང་ཆེན་འདི་གཡོས་པས་མཆོག་  
 པར་སྤྱིང་ཆོས་དེ་བྱས། མ་འཆོམས་དྲགས་པས། སྤྱུག་སྤྱུ་དགུ་བཏང་རྗེས་གསོན་སྤྱིང་ལ་  
 དམར་འདོན་ཁྱེད་ཟེར་བ་ལ། ཆུན་པ་རྒྱུ་མཉམས་ན་རེ་མོ་བས་དཔས་ཅི་ལ་པན། ཡང་རང་རེ་ཆོ་ལ་

མེད་བྱས་འདི་འདྲ་བཞིག་འོང་བ་དེ་ཀ་ཡིན་མོད། དེ་བས་དང་པོར་མེད་བྱ་བཅུ་ཉེ་ལག་  
མཐུས་གསོད་ཅི་ཐུབ་གྱིས། དེ་ནས་མོ་རང་གསོད་ལུགས་སྒྲུ་ཟེར་བ་ལ་ཁ་འཆས། ཨ་ཁུས་  
ཐོས་པས། དེད་ལ་བྱ་འཆི་རྒྱ་དང་བྱ་མོ་འཆི་རྒྱ་མེད། ང་རང་ནི་ཤིན་དག་འཕེར། ཨ་མ་  
གསོད་པར་ཆས་པ་ལ། ཡུལ་མི་རྣམས་ཀྱིས་བཟུང་སྟེ། དང་པོ་ཡང་ཁྱེད་ཀྱི་ཁ་ཕྱིར་འགོ་ལ་  
བས་ཡུལ་འདིར་ཡུང་འདི་བྱུང་བ་ཡིན། ད་ཡང་མེད་བྱ་མ་སོད་པར་ལས་འདི་བྱེད་ན་རང་མོ་  
འཐབ་བྱས་པས། ཨ་ཁུ་ལ་བྱ་ཐབས་མ་བྱུང་བར་ལུས།

དེ་ནས་ཡུལ་མི་རྣམས་ཀྱིས་ང་གསོད་དུ་གཏོང་བའི་གྲོས་བྱས་པས། ཞང་པོ་ཨ་མ་འི་  
སར་འོངས་ནས། ཁ་སང་གི་གཏམ་དེ་དང་བྱེད་ལུགས་དེས། ད་ཡུལ་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཁྱོད་  
རང་དང་བྱ་ལག་མཐུས་གསོད་པར་འདུག་གིས། ལུས་པ་རང་ཅི་ཡོད་དམ་མཐུ་བྱུང་བ་རང་  
གིས་ཆོག་མོད་ཟེར་མང་པོ་འབར་དུ་བྱུང་བ་ལ། ཨ་མས་ཞང་པོ་རང་གི་ཐོག་དུ་མ་བྱུང་བ་  
ལགས། དེ་ཙམ་གྱི་གོ་བ་ཞིག་དག་པ་ལ་ཡང་ཡོད་དེ། ངའི་མོར་ཆེན་དེ་འཕྲོགས་པའི་ཁར་  
བྱེད་ལུགས་དེ་བྱས་པས་བསྐྱུར་བཅོད་པ་དཀའ་མོར་གང་འཁེས་ལ་ནག་ཞན་མ་བཅུ་བར་དུས་  
པས། ཞང་པོ་ཡང་བདེན་པ་ཁྱོད་ཀ་བདེན། ད་གསོད་མ་ཐུབ་བྱུང་དོགས་ཡོད་པས་སྒོ་དམ་དུ་  
རྒྱག་ཟེར་ཐོན་སོང་།

སྟེང་སྒོ་དམ་པའི་ངང་ནས་བསམ་སྒྲོམ་པོ་གཏོང་བྱིང་ཡོད་པའི་སྐབས་སུ། ཨ་ཁུའི་  
གཤེད་མོ་སྤར་ངེད་རང་གི་ཡིན་པ་དེས། ཁོང་ཆོ་གྲོས་བྱེད་པ་ཐོས་ནས་མོས་རུས་ཞེན་གྱིས་མ་  
བཅོད་པར། ཨ་མ་ལ་ཁོང་ཆོ་གྲོས་འདི་ལྟར་བྱེད་ཅིང་འདུག་པས་སྤྲས་ཀྱི་སྒྲིག་ཐོན་མཛོད་ཅིག་  
ཅས་བྱ་བ་ཏང་བས། ཨ་མའི་བསམ་པ་ལ། ཁོང་ཆོའི་གྲོས་དེ་ང་འཕྲོག་སྒོ་བདེ་ཆར་སྒྲུལ་  
ནས། ཞིང་བྱེ་བེ་སྟན་རྒྱུད་གི་བྱེད་པོ་ཡང་བཅོངས་པའི་རིན་ལ་གསེར་སྤང་བ་དུན་བྱུང་  
བ། ཡུལ་པའི་མི་བཏང་བཞི་མ་བྱུང་། གཞན་བང་ཆེན་ཞི་མེད་འབྱོར་བས། ཨ་མ་རང་ལ་  
འཕྲད་པ་དང་རྒྱགས་སྒྲིལ་བ་དང་ཁ་ཏ་འཕྲུག་པ་ལ་འོང་སྒྲུལ་པའི་ཆོ། དབུས་སྒྲིགས་ཀྱི་རྣལ་

འབྱོར་པ་བལ་པོ་བསྐྱོར་ནས་ལོག་འགྲོ་བ་ཞིག་ལྷོམ་བུ་བྱེད་དུ་བྱུང་བ་ལ། ལོ་རྒྱུས་རྣམས་ཞིབ་  
 པར་དྲིས་པས། བར་ཆེན་གྱི་འོས་སུ་བྱུང་སྟེ། ཞག་འགའ་འདིར་བཟུགས། དབུས་གཙང་  
 གི་སྤྱོད་གསལ་ནང་འདི་བུ་ཞིག་ཡོད་པས། དེ་ལ་འཕྲིན་རེ་ཙམ་བསྐྱར་བ་ཡིན་པས། དེ་རྣམས་ཀྱང་  
 སྤྱོད་གྲོགས་གྱིས་བྱས་ནས། དེ་བར་ལ་ཞབས་ཏོག་སྤྱིད་དུ་ཆོར་བ་བྱས། ཡམས་མར་མེ་  
 ཞིག་སྐར་ཏེ། བའི་བསམ་པ་བཞིན་གྲུབ་ན་མར་མེ་འདི་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པ་དང་། མི་འགྲུབ་  
 ན་ལྟར་དུ་འཆི་བའི་འཕྲིན་ལས་ཐོས་པ་དག་འི་སྒྲ་མ་དང་ཆོས་སྤྱོད་རྣམས་ཀྱིས་མཛོད་ཅིག་བྱས་  
 དམོད་ཐོར་བས། མར་མེས་ཉིན་ཞག་ལྷུགས་གཅིག་ཐུབ་སྟེ། བསམ་པ་གྲུབ་པར་ཡིད་ཆེས་  
 བས། རྒྱལ་འབྱོར་པ་རྒྱལ་ཁམས་བསྐྱོར་བ་ལ་གོས་ལྷམ་གལ་ཆེ་བས། ལྷན་པ་དང་གྲངས་  
 གྱིས་བྱས། ལྷམ་གྱི་ཀྱང་རྒྱུན་རྣམས་ཁོར་བ་སྤྱད། གོས་བཅའི་ཞིག་འདུག་པ་དེ་ལ་ཡམ་  
 རང་གིས་ལྷན་པ་བརྒྱབ། བཅའི་ཐོད་ནང་གི་རྒྱབ་གཞུང་དུ། རྒྱལ་འབྱོར་པ་ལ་རྒྱུས་མེད་པའི་  
 གསེར་སྤང་བདུན་པོ་སྤྲས་པའི་སྤྱོད་དུ་ལྷན་པ་ནག་པོ་ཁག་དྲུག་ཞིབ་ཞིག་བརྒྱབ། དབུས་སུ་  
 སྤྱོད་པ་དཀར་ལ་སྤོམ་པའི་གཟེར་ཆོས་སྐར་མ་སྤྱིན་དུ་གཤིབས་འདྲ་བ་སྤྱིར་མི་མཛོད་པ་  
 ཞིག་གིས་མ་ནན་ཏེ། རྒྱལ་འབྱོར་པ་ལ་འདྲ་ཆེན་པོ་བྱིན་ནས། ཡི་གེ་གལ་ཡིག་ལ་རྒྱལ་  
 དམ་ཡོད་པ་ཞིག་བསྐྱར་ནས་བཟངས་སོ། །

དེ་ནས་ཡམ་འདི་བསམ་པ་ལ་ཡུལ་མི་འདི་རྣམས་ཀྱི་གྲོས་བྱེད་ལུགས་འདིས། ཅི་བྱེད་  
 མི་ཤེས་པས་སྤྱི་གསལ་མོ་ཞིག་བྱེད་དགོས་སྟུགས། བེ་ཏལ་བསྐྱབས་ནས། ཁས་ངགི་རྒྱལ་  
 འབྱོར་པ་དེ་ལ་ཡམ་མོ་ཡི་གེ་བསྐྱར་བྱུང་བུ་བ་ཀུན་ལ་བསྐྱུགས། ཡམས་ངས་བསྐྱར་བ་ལྟར་  
 བྱས་པའི་ཡི་གེ་ཡམ་དང་སྤྱིང་མོ་ཁམས་བཟང་ངོས་ནས་མཐུའི་རྟགས་མཐོང་ལས་ཆེ། ད་  
 དུང་ཡུལ་མི་བྱེད་མ་སྤྱད་ལ་སྤོམ་སུ་སྤྱང་པོ་བྱེད་མི་བྱུང་ན་མིང་རུས་ཡི་གེ་ལ་བྲིས་ལ་བསྐྱར་  
 ཐོངས། ངས་མཐུལ་པ་བརྟེན་ནས་མིའི་སྟོག་གཙང་པ་བཅའི་ཕུད་མཆོད་པ་ལས་སྤྱོད་པར་འདུག་

པས་རབས་དགུ་བརྒྱད་ནས་བཅད་པས་ཚོག་ ཡུལ་པ་སྤྱིས་སྤང་བོ་བྱས་ན་ཁྱེད་རང་མ་སྤྲོད་  
འདི་སྤྱོད་ས་སུ་ཐོན་ཤོག ངས་ཡུལ་དེ་བྱུང་བའི་རྗེས་ཀྱང་མེད་པ་ཞིག་བཟོ་བ་ཡིན། ང་ལོངས་  
སྤྱོད་དང་འཛོལ་ཐོག་ས་མེད་ཀྱི་རང་ནས་སྤྲོ་བ་ཤེད་ཅིང་ཡོད་པས་ངའི་སེམས་ལས་མ་  
བྱེད། བྱ་བ་ཞིག་གིས་ནས་རྒྱ་བྱས་ཏེ། ཐོག་མར་ཁང་བོ་སོགས་དེད་རང་ལ་དཀར་མི་རྣམས་  
ལ་བསྟན། དེ་ནས་ཡིག་ཞང་པོའི་ལག་ཏུ་བཞག་ནས་ཀུན་གྱིས་མཐོང་བར་བྱས་པས། ཁོང་  
རྣམས་ཀྱི་གྲོས་འབྱུང་ཏེ། ལག་མཐུའི་བསམ་སྦྱོར་བོར་ནས། ཞིང་འོར་མ་གྲགས་སུ་ཡང་  
ཨ་ཁུའི་ལག་ནས་བྲངས་ཏེ། ཨ་མ་ལ་སྤྲད་འདུག

རྣལ་འབྱོར་པ་དེས་ཀྱང་རྩ་གཅིད་ཅིང་འོངས་པས། ངག་ཞུ་བས་ཁུལ་ལྟ་འདུག་  
ཟེར་བ་ཐོས་ནས། ངའི་སར་བྱུང་སྟེ། ཨ་མ་དང་སྤིང་མོ་སོགས་ཡུལ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་རྒྱས་  
པར་བཤད། ཡིག་སྤྲད་པ་ཟུར་ཞིག་ཏུ་བསྐྱགས་པས། ཐོས་པ་དག་འཁམས་བཟང་བར་ཡོད་  
ལས་ཆེ། མ་རྒྱལ་མོ་ལ་བུ་སྤྱོད་པས་བསམ་པ་གྲུབ། ཡབ་མི་ལ་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན་གྱི་  
གཏུང་རབས་ཟིན། ཡུལ་དུ་མཐུའི་རྟགས་ཐོན། མི་མགོ་སུ་མ་རྩུ་མོ་ལྷ་ཁང་པ་གཉིབས་པའི་  
འོག་ཏུ་ཤི། དེའི་ཕྱིར་ཡུལ་པ་འདི་པས་དེད་མ་སྤྲོད་ལ་གཤམ་རང་མ་བྱས་པས། ད་དུང་  
སེར་བ་བྱང་རི་མ་དགུ་ཡོད་ཟེར་བ་ཞིག་པོ་བ། དེས་མ་རྒྱལ་མོའི་བསམ་པ་མཐར་ཕྱིན་པ་  
ཡིན། ཡུལ་པ་འདི་པས་ཁྱོད་འཛོལ་དུ་བཅད་ནས་བསད་རྗེས་ལང་གསོད་ཟེར་བར་འདུག་  
པས། རང་རེ་མ་བྱ་གཉིས་ཀའི་ཕྱིར་དུ་སྤྱོད་ཐོན་དམ་པར་གྱིས། རྒྱགས་ཆད་ན་ལུང་པ་མ་  
བྱང་དུ་ལྷ་བ། སྤྱོད་ནག་པོ་ལྷིང་ཞིང་། སྐར་མ་སྤྱིན་དུག་འཆར་བའི་འོག་ན་རང་རེའི་ཉེ་ཆོན་  
གྲོང་བ་བདུན་ཡོད་པས། དེ་ནས་རྒྱགས་ཅི་འདོད་འོང་བ་ཡོད་པས་ལོངས། རྩད་མ་ཆོད་ན་  
ལུང་པ་དེའི་ནང་ན་རྣལ་འབྱོར་པ་འདི་རང་བཞུགས་པ་ཡིན་པས་གཞན་དུ་མ་འདི་བྱ་བ་ཞིག་  
འདུག་པས། ཡིག་འདི་དོན་མཁོ་ལྷུ་ལ་དང་ཨ་མ་ཞི་བྱས། རྒྱགས་ཆད་པ་ལ་ཤིན་ཏུ་མཁོ་བ་  
ཞིག་ཡོད་པར་འདུག་ཀྱང་། ལུང་པ་དང་ཉེ་ཆོན་རྒྱས་མེད་པས་མཆི་མ་མང་པོ་ཤོར། རྣལ་



འབྱོར་པ་དེ་ལ་བྱེད་ལ་བའི་གཉིན་རྒྱུ་མཉམས་ཡོད་པའི་ལུང་པ་རྒྱུ་ཡོད་པར་འདུག་པ་གང་ཡིན་དྲིས་  
 བས། མངའ་རིས་གྲུང་ཐང་ཡིན་ཟེར། དེ་མིན་རྒྱུ་མཉམ་མེད་དམ་བྱེད་རང་གི་ཡུལ་གང་ཡིན་  
 བྱས་པས། དེ་མིན་ལུང་པ་མང་པོ་རྒྱུ་ཡོད་དེ། བྱེད་ཀྱི་གཉིན་གྱི་ལུང་པ་རྒྱུ་མཉམ་མེད། ང་  
 རང་དབུས་ནས་ཡིན་ཟེར། འོན་ཀྱང་རང་འདིར་རྩེད་ཐང་ཅིག་བཞུགས་ཤིག ང་ད་ལྟ་རང་  
 འོང་གིས་བྱས་ནས། ཡི་གེ་དེ་སྒྲ་མ་ལ་ལུལ། ལོ་རྒྱུས་རྒྱུ་མཉམས་ཞུས་པས། ཡི་གེ་དེ་ཚར་  
 གཅིག་ག་ཟིགས་ནས། ཐོས་པ་དག་འཁྱོད་ཀྱི་ཨ་མ་དེ་ཞེ་སྤང་ཆེན་པོ་རང་ཞིག་ཡོད་པར་  
 འདུག མི་དེ་ཙམ་གྱི་རྒྱུང་ཡང་དད་དུང་སེར་པོ་བ་ཟེར་བ་བྱས་གང་ལ། ཁྱོད་ལ་བྱུང་ན་ཉེ་ཆོན་  
 ཇི་འདྲ་ཡོད་གསུང། སྤར་ཡོད་ཟེར་བཞིན་ཐོས། ཡི་གེ་ཞི་དེ་འདྲ་གང་ལ། རྒྱལ་འབྱོར་པ་ལ་  
 དྲིས་པས་ཡང་རྒྱུ་མི་མི་གང་ལ་ཞུས་པས། སྒྲ་མའི་ཇོ་མོ་ཡི་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་མཆོན་དང་  
 ལྷན་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེས་ཡི་གེ་ཚར་གཅིག་བསྒྲགས་ནས། རྒྱལ་འབྱོར་པ་དེ་ནང་དུ་བོས་ཤོག་  
 གསུང། བོས་ནས་མེ་ཆེན་པོ་བཏང། ཆང་ཞིན་པོ་བྱིན་ཏེ། རྒྱལ་འབྱོར་པའི་རྒྱབ་ནས་བཅ་  
 པོ་ལུང་དེ་ཡུམ་གྱིས་གྱོན་ནས། བཅ་པོ་འདི་འདྲ་གྱོན་ནས་རྒྱལ་ཁམས་བསྐོར་བའི་མི་ལ་སྤྱིད་  
 འོང་གསུང་ཞིང་། ཕར་ཅམ་རྒྱུར་ཅམ་མཛོད། དེ་ནས་ཁང་ཐོག་ལ་འཛོམས་སོང་སྟེ། ཡུམ་  
 གྱིས་བཅ་པོ་འདི་ནང་ནས་གསེར་བཏོན། ལྷན་པ་སྤར་བ་ཞིན་བཅོམས་ཏེ། བཅ་པོ་རྒྱལ་འབྱོར་  
 པ་རང་ལ་གཡོགས། དེ་ཅུབ་ཀྱི་ཟམ་བྱིན་ནས་གནས་སུ་བསྐྱལ་ལོ། །

དེ་ནས་ཡུམ་ན་རེ་ཐོས་པ་དག་འའདིར་སྒྲ་མའི་དྲུང་དུ་ཤོག་དང་གསུང། ཕྱིན་པས་  
 གསེར་སྤང་བཏུན་པོ་གནང་བྱུང་། གསེར་གང་ན་གང་ལ་ཞུས་པས། རྒྱལ་འབྱོར་པའི་བཅ་  
 པོ་འདི་ནང་ན་འདུག ཐོས་པ་དག་འའམ་གྲུང་མོ་རང་ཞིག་ཡོད་པར་གང་ལ། ལུང་པ་ཁ་བྱུང་དུ་  
 ལྷ་བ་ལ་ཉི་མ་མི་འཆར་བ་ལྟར་རྒྱལ་འབྱོར་པའི་བཅ་པོ་འདི་ནང་ལ་ཉི་མ་མི་འཆར་བ་ལ་ཟེར་བར་  
 གང་ལ། སྤྱིན་ནག་པོ་ལྷིང་བ་ལྷན་པ་ནག་པོ་ཁ་གང་བཏབ་པ་ལ་ཟེར་བར་གང་ལ། སྤྱིན་མ་སྤྱིན་

དུག་འཆར་བ་སྐྱད་པ་དཀར་པོའི་རྩལ་བཅོམས་ལ་ཟེར་བར་གདའ། དེའི་འོག་གི་ཉེ་ཆོམ་གྲོང་པ་  
བདུན་པོ་གསེར་སྤང་བདུན་པོ་ལ་ཟེར་བར་གདའ། རྩེད་མ་ཆོད་ན་ལུང་པ་དེའི་ནང་ན་རྣལ་  
འབྱོར་པ་འདི་རང་བཞུགས་པས་གཞན་དུ་མ་འདྲི་བྱ་བ། མགོ་ནག་སེར་རྣལ་འབྱོར་པའི་བེམ་  
པོ་ལ་ཡོད་པས་གཞན་དུ་མ་འཆོལ་བྱ་བར་གདའ་གསུང་། སྤྲེལ་འཁུལ་ནས་ཁྱེད་བུད་མེད་རྒྱ་  
རྩི་ཟེར་བ་བདེན་པར་གདའ་གསུང་འི་ན་རྩེད་ཆུས་འདུག།

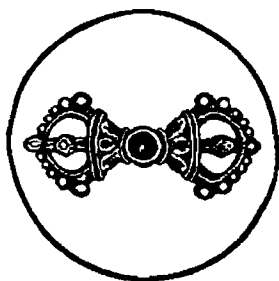
དེ་ནས་ངས་རྣལ་འབྱོར་པ་ལ་གསེར་ཞོག་དུ་ནི་པས་དག་འཁོང་། རྩི་ལོ་གསེར་  
ཞོ་བདུན་ལུ། སྤྲེལ་ལ་གསེར་སྤང་གསུམ་ལུ་ནས་ད་དུང་བདག་གི་མ་རྒྱུ་མོས་སེར་བ་  
དགོས་ཟེར་བ་གདའ་བས། སེར་བའི་གདམས་པ་མུགས་ལ་འདོགས་པར་ཁུ་ཁུས་  
པས། སེར་བ་དགོས་ན་སྤྲེལ་གཡུང་སྟོན་ཁྱོད་ཆུལ་ཅན་དུ་སོངས་འགག་གསུང་། སྤྲེལ་ལོ་གོ་  
རྩི་དང་བཅས་པ་བསྐྱར་རྟེ། ཡང་ཡང་ལུངས་སྟོར་པོ་གོང་དུ་ཕྱིན། སྤྲེལ་དང་མཇུག་གསེར་  
སྤང་གསུམ་གྱི་ཕྱག་རྩི་དང་། སྤྲེལ་ལོ་གོ་རྩི་དང་བཅས་པ་ལུ། སེར་བ་དགོས་པའི་ལོ་  
རྩིས་ཁུས་པས། མུས་གོ་ཆོད་པར་བྱུང་ངམ་གསུང་། མུས་གོ་ཆོད་པར་བྱུང་། མི་མགོ་  
སུམ་རུ་སོ་ལུ་བསད་ལགས་རྟེ། ད་དུང་སེར་བ་དགོས་ཟེར་ལོ་གོ་བྱུང་བས་མུགས་ལ་འདོགས་  
པར་ཁུ་ཁུས་པས། དེ་ལྟར་བྱ་གསུང་གདམས་ངག་གཞན་ནས་སྐྱབ་ཁང་རྩིང་པ་ཞིག་རྩེ་  
བསྐྱབས་པས། ཞག་བདུན་ནས་ཐུན་དོད་གི་ནང་དུ་སྤྱིན་འཁྲིགས། སྟོག་འཁྲུག་ འབྲུག་  
དང་གཟུང་རྩེ་ལའི་སྤྲེལ་འདོན་པ་བྱུང་བས། ད་ངས་སེར་བ་ལ་མཇུག་བྲིད་བྱས་པས་ཆོག་པ་  
འདུག་སྐྱེམ་པ་བྱུང་། སྤྲེལ་ལོ་ཁུལ་ནས་ཀྱང་། ད་སེར་བ་ཐོངས་པར་འདུག་པས་ཁྱེད་གྱི་ཡུལ་  
ན་ལོ་རྟོག་མཐོ་དམན་ཇི་འདྲ་ཡོད་རིམ་པར་གསུང་བ་ལ། ངས་ཡུར་མ་རན་པ་ཅོམ་  
དང་། ལྷང་པ་ཕུག་རོན་ལུ་བ་ཅོམ་ཡོད་ཅེས་རིམ་པར་ཁུས་པས། ཅུང་སྤྲེལ་གསུང་། དེ་  
ཅོམ་ཡོད་གསུང་བ་ལ། སྤྲེལ་འཐོན་ཅོམ་ཡོད་ཁུས་པས། འོན་སེར་བ་གཏོང་དུ་འགོ་རན་  
གསུང་། ངའི་གོགས་ལ་སྤར་བ་དེ་ཆེན་ལ་ཕྱིན་པ་དེ་བཟང་སྟེ། དེད་གཉིས་གྱིས་རྣལ་འབྱོར་



བྱས། ཁོ་རྒྱལ་ཆེ་བ་རྒྱལ་ཡོད་པས་ཡ་མི་ད་བར་བཞག་ ད་དེ་དུས་ཨ་མ་དང་ལན་གཅིག་  
 འཕྲད་སྐྱེས་པ་ལས། དགས་འཛིགས་ཏེ་ལྷུང་དུ་བྱོས་ཏེ་གཉེན་འཛད་སྒྲིལ་བས། ཀླུ་པ་ལ་  
 ཁྱིས་ཕུག་སྟེ་འཛོལ་དུས་སར་དུས་ལ་མ་སྟེན་པས། གྲོགས་པོ་ཁོང་ཚོའི་དམག་གིས་བསྐྱོར་བྱུང་  
 བ་ལ། དཀྱིལ་གཤགས་ནས་འོངས་ཏེ། ཉེ་བའི་ཆོ་མཆོག་སུ་ཕྱིན། འབྱུང་བའི་ཆོ་དལ་  
 དུ་བཅུག་ མཚོན་བརྒྱབ་བྱུང་བའི་ལན་དུ་རྩྭ་ཆེན་པོ་རེ་ཅམ་འཕངས་ནས། དལ་སྐྱོས་སུ་སྐྱེས་  
 བསྐྱོས་པ་དེ་ལ་མཐུག་ཏེ་ད་ཡིན། དས་སྐྱོས་པོ་མི་དེ་ཅམ་ཞིག་བསད་སྟེ་ཆོས་པོ་མིན་  
 མཁུ། དེ་ལོ་འོ་ལོ་གས་ལ་འབྱུལ་གིས་མི་མཐོང་བ་བཅོས། དེ་ཡང་སྟེང་ཆོས་པོ་མིན་  
 མཁུ། དེ་ཡིན་པས་ཀྱང་དའི་ཨ་མ་དང་སྤྱི་མོ་ལ་གཤམ་མ་མཁུས་ན། དས་ལུང་པ་འདི་  
 ཕུ་ཕུ་གཏད་འཇུག་ མདའ་ཕུ་སེལ་འཇུག་ མི་ཤི་བའི་ལྷག་མ་རྣམས་ཀྱང་རབས་དགུ་རྒྱུད་  
 རྣམ་བཅད་དེ། ལུལ་འདི་ཕུང་ཤི་སྐྱེ་བེད་ལ་མ་བཏང་ན་ང་མིན་པས། ཁྱོད་ཆོ་སྐྱར་ཅིག་སྐྱར་  
 ཅིག་ཟེར་ཞིང་འོངས་འདུག་པ་ལ། ཁོང་ཆོ་སྐྱག་ནས་ཁྱོད་ཀྱིས་ལན་ཁྱོད་ཀྱིས་ལན་ཟེར་ནས་  
 གཅིག་ལ་གཅིག་ཁྱོད་གདལ་ཞིང་འོག་སོང་ཟེར།

དེར་གྲོགས་པོ་དའི་སྟོན་ལ་དིང་རིར་སྟེན་ནས་ཁང་གཉེར་བ་ལ་རྣལ་འབྱོར་པ་འདི་  
 འདྲ་ཞིག་བྱུང་དེ་བྱིས་པས། མ་བྱུང་ཁྱོད་རྣལ་འབྱོར་པ་བྱུང་སྐྱོར་དད་ཆེ་བ་ཡིན། ལུལ་པ་གི་  
 བཅུང་སྟོན་ཡོད་དེར་སོང་སྟོང་མེད་ན་དས་གཡར་བས་ཆོག་ཟེར། པོར་བ་གཏིང་རིང་ལ་  
 མདོག་སྐྱུ་བ་གཤིན་ཇི་འདི་གདོང་འདྲ་བ་ཞིག་གཡར་བྱུང་བ་ཁྱོད་ནས་སྟོན་མེ་བྱུང་པའི་སར་དགལ་  
 འགབ་ཅིག་ན་ཡོད་པའི་འགམ་དུ་བྱུང་སྟེ། ཁྱོད་ཁས་དན་མི་སྟེན་པ་ཅི་ཡིན་ཟེར། དཔ་  
 སང་ནས་བསོད་སྟོན་ས་ཤིག་ལ་ཕྱིན་པས། ཀླུ་པ་ཁྱིས་ཕུག་སྟེ་མཆོག་སུ་ཕྱིན་པས། ད་  
 མི་སྟོན་པ་ཡོད་ཀྱིས་བྱས་འགྲོགས་ཏེ་ལོག་འོངས་པས། ཡར་ལུངས་སྐྱོར་པོ་གོང་དུ་  
 སྟེན་པས། སྐྱེ་མའི་ཞལ་ནས། ཁྱོད་གཉིས་ལ་ཁར་ཆེ་ཆེན་པོ་རང་ཞིག་བྱུང་ཨང་  
 གསུང་། བདག་གཉིས་ཀྱི་སྟོན་ལ་མི་ནི་མེད་སུ་ལས་གསན་ཞུས་པས། དམ་ཅན་སྐྱུང་མ་

ནུམས་ཞལ་དེ་ཚོས་བཅོ་ལྔ་འཁྱེད་ཅེས་འཕྱར་ནས་སྒྲིབས་བྱུང་བས་གཏང་རག་ཡང་བཏང་ཡོད་  
གསུང་དགེས་དགེས་ལྟར་མཛད་ཅིང་འདུག་སྟེ། ངས་དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲིབས་དབྱེ་ཐབས་བྱས་པས་  
ལས་ནག་པོ་བསགས་པ་ཡིན་གསུངས། དབྱེ་བོ་ཚར་བཅད་པའི་མཛད་པ་སྟེ་གསུམ་པའོ། །





འདུག་པས། དང་རྒྱུན་སྤྱོད་པའི་ཆོས་ཤིག་བྱེད་པ་ཡིན་པས། རྩོད་གྱིས་ངའི་བུ་སྟོབ་རྣམས་  
སྟོང་སུ། ངས་རྩོད་གྱིས་མཐོ་རིས་དང་ཐར་པའི་ལམ་སྟ་ཟིན་པ་ཞིག་བྱའོ། །ཡང་ན་རྩོད་རང་  
ཆོས་གྱིས་ལང་ཡང་མཐོ་རིས་དང་ཐར་པའི་ལམ་སྟ་ཟིན་པ་ཞིག་གྱིས། ངས་མཐུན་རྒྱུན་རྣམས་  
སྤྱར་གྱིས་གསུངས་པས། ངའི་འདོད་པ་བྱུང་སྟེ་བདག་གིས་ཆོས་བྱེད་པར་ལུ་ལུས་པས། འོ་  
ན་རྩོད་ལོ་ཡང་གཞི་ནས་སྤྱིར་བཏགས་དང་དད་པ་ཡང་ཆེར་བཅིག་འདུག་པས། ཆོས་རྣམ་དག་རང་  
ཞིག་གྱིས་ཤིག་གསུངས་ནས་ཡར་ལུང་གི་ཐེར་སྤྱུག་འདྲེས་པ་མཛོ་ཁལ་གཅིག་མཛོ་དང་བཅས་  
པ་གནང་སྟེ། གཙང་རོང་གི་སྤྱར་ཞེས་བྱ་བ་ན། སྐུ་མ་རོང་སྟོན་ལྟ་དག་འཛེས་བྱ་བ་དམ་ཆོས་  
ཚོགས་པ་ཆེན་པོ་ལ་མཁས་ཤིང་བྱུང་བ་བརྟེན་པ་ཞིག་པ་ལུགས། དེར་སོང་ལ་སྤྱོད་པ་ཡང་  
དག་ཅིག་གྱིས་ཤིག་གསུང་།

ངས་ཀྱང་སྐུ་མ་ས་ལུང་བསྟན་པ་ལྟར་གཙང་རོང་སྤྱར་དུ་འོངས་ནས་ཅུད་བཅད་  
པས། སྐུ་མའི་ཚོམ་དང་གྲུ་བའི་ལག་འདུག་པ་རྣམས་ན་ེ། འདི་མ་དགོན་ཡིན་ཏེ། སྐུ་མ་ད་  
ལྟ་འདི་ན་མི་བལྟགས། བྱུང་སྟོད་རིན་པོ་ལའི་བུ་དགོན་ཞིག་ན་བལྟགས་ཟེར། འོན་ཀྱང་སྐུ་མ་  
གཡུང་སྟོན་ཁྱོད་རྒྱུལ་གྱིས་འདིར་བཏང་ནས་བཟང་ས་པ་ཞིག་ཡིན་པས་མཇལ་བའི་གྲོགས་ལྷན་  
གྱིས་དང་བྱས། འོ་རྒྱུས་རྣམས་རྒྱས་པར་བཤད་པས། རྩོམས་གྲུ་བ་ཞིག་ངའི་ལམ་སྟ་ལ་  
བཏང་བས། བྱུང་སྟོད་རིན་པོ་ལའི་སྐུ་མ་དང་མཇལ། ཐེར་སྤྱུག་དང་མཛོའི་སྤྱུག་རྟེན་  
ལུལ། བདག་ཉི་མ་ལ་སྟོད་ནས་འོངས་པའི་མི་སྤྱི་གཤོམ་ཞིག་ལགས་པས། འཁོར་བ་ལས་  
ཆོ་འདིར་གྲོལ་བའི་ཆོས་ཤིག་ལུ་བྱས་པས། སྐུ་མའི་ཞལ་ནས་ ངའི་དམ་ཆོས་ཚོགས་པ་ཆེན་  
པོ་འདི་ཅུ་བྱུང་བྱུང་། ཅེ་མོ་ཐོབ་བྱུང་། འབྲས་བུ་ཡོག་བྱུང་། ཉིན་བསྐོས་མ་ན་ཉིན་སངས་  
བྱོ། ལུ་བ་བསྐོས་མ་ན་ལུ་བ་སངས་བྱོ། ལྟལ་ལྟལ་ལས་འཕྲོ་ཅན་ལ་སྟོམ་མི་དགོས་པར་ཐོས་  
པས་གྲོལ་བ་དབང་པོ་ཡང་རབ་ཀྱི་ཆོས་སྐལ་ཡིན་པས་སྟེར་གསུངས། དབང་དང་གདམས་པ་

གནང་བ་ལས། རའི་བསམ་པ་ལ་ངས་དང་པོ་མཐུ་བྱས་པས་ཞག་བཅུ་བཞི་ལ་རྟགས་ཆེན་པོ་  
 ཐོན། སེར་བ་ལ་ཞག་བཅུ་གྱིས་ཆོག་པ་བྱུང་། དམུ་དང་སེར་བ་བས་ཀྱང་སྤྲོ་བའི་ཆོས་  
 ཉིན་བསྐྱོམས་ན་ཉིན་ངས་རྒྱ། ལུབ་བསྐྱོམས་ན་ལུབ་ངས་རྒྱ། སྐལ་ལྷན་ལས་འཕྲོ་ཅན་ལ་  
 ཐོས་པས་སྐྱོམ་མི་དགོས་པ་འདི་འདྲ་དང་འཕྲད་ལུགས་ཀྱིས་ང་ཡང་ལས་འཕྲོ་ཅན་ཞིག་ཡིན་པ་  
 འདུག་སྟེ་མ་དུ་དང་བཅས་མ་བསྐྱོམས་པར་ཉལ་བསྡད་པས། ཆོས་དང་གང་ཟག་ཐ་དད་  
 དུ་སོང་བའི་ཆོ། ཞག་འག་འཁོང་བ་དང་། ལྷ་མའི་ཞལ་ནས། རྟོད་ལ་སྟོད་ནས་འོངས་པའི་  
 མི་སྒྲིག་པོ་ཆེ་ཡིན་ཟེར་བ་བདེན་པར་འདུག། རའི་ཆོས་ཀྱི་འཕྲོ་ལ་འཕྲོ་ཅན་ཆེས་པ་ཞིག་  
 བྱུང་འདུག་པས། ངས་རྟོད་མི་འཕྲོངས་པར་འདུག་པས། ད་རྟོད་རང་སྟོང་བྱག་གྲོ་བོ་ལུང་  
 ཞེས་བྱ་བའི་དགོན་པ་ན། རྒྱལ་རྒྱུ་བཞུགས་ཆེན་རྒྱུ་ལོ་པའི་དངོས་སྟོབ། སྤྲོས་མ་ཆོག་སྤྲོས་ཀྱི་  
 རྒྱལ་པོ་མར་པ་ལོ་ཕྱོ་ཞེས་བྱ་བ་སྤྲུགས་གསར་མའི་གྲུབ་ཐོབ། ས་གསུམ་ན་འགྲམ་རྒྱ་དང་བྲལ་  
 བ་ཞིག་བཞུགས། དེ་དང་རྟོད་རང་ཆོ་སྤྲུ་མ་ནས་ལས་འབྲེལ་འདུག་པས་དེར་སོང་ཞིག་  
 གསུངས། དེར་ང་ལ་སྤྲོ་སྤྲུ་མར་པའི་མཆོན་ཐོས་པ་ཅོམ་གྱིས་སེམས་ལ་སྤྲོ་མི་ཤེས་པའི་  
 དག་འབ་དང་། ལུས་ལ་བསྐྱུ་ཀུན་གཡོ་བའི་བདེ་བ། མཆིམ་འབྲུག་པའི་མོས་གུས་ཚད་  
 མེད་པ་ཞིག་བྱུང་བས། ལྷ་ཅིག་ཅིག་ཏུ་བྱིན་ནས། ལམ་རྒྱགས་དང་པོ་ཏི་འདྲ་ཡོད་པ་ཁྱེར་  
 ཏེ། བསམ་པ་གཞན་གྱིས་བར་མ་ཆོད་པར་སྤྲོ་མ་དང་མཇུག་ཏེ་ཞལ་མཐོང་བ་ཞིག་ནས་འོང་ན་  
 བམ་འོང་ན་བསམ་ཞིང་ཕྱིན། ང་གྲོ་བོ་ལུང་དུ་ནངས་པར་སྤྲོ་བས་འོང་བའི་དོན་ལམ་ར་  
 པའི་མནལ་ལམ་དུ་པར་ཆེན་རྒྱུ་ལོ་པའི་དངོས་སྟོབ། རྒྱུ་ལོ་པའི་སྤྲོ་བ་པའི་དོན་ཆེ་ལྷ་པ་  
 དྲི་མས་ཅུང་ཟད་གོས་པ་ཞིག་དང་། གསེར་གྱི་བུམ་པ་བདུད་ཅིས་གང་བ་ཞིག་གནང་  
 བས། དོན་འདི་དྲི་མ་བུམ་ཅུ་འདིས་ཁྱེས་ལ། རྒྱལ་མཆོན་གྱི་ཆེ་ལྷ་ལྟེན་ཅིག་ དེས་རྒྱལ་  
 བ་གོང་མ་རྒྱལ་མཆོན་ལོང་། སེམས་ཅན་རྒྱལ་མཆོན་ལྷ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་པས་རང་གཞན་གྱི་  
 དོན་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོག་སུངས་ནས་ནས་མཁའ་ལ་གཤེགས་པ་དང་། ལྷ་མའི་བཀའ་བཞིན་བུམ་



རྒྱལ་དེ་རྒྱལ་ཏེ། རྒྱལ་མཚན་གྱི་ཆེ་ལ་ཕྱར་བས། རྡོ་རྗེ་འོད་གྱིས་འཛིག་རྟེན་ཀླན་ཁྱེད་  
 ཅིང་། རིགས་དྲུག་གི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཕོག་པས་སྤྱག་བསྐྱེད་མེད་པའི་བདེ་བའི་ངང་ནས་  
 རྡོ་བཙུན་མར་པ་རང་དང་རྒྱལ་མཚན་ལ་སེམས་ཅན་ཀླན་གྱིས་ཕྱག་འཚལ་ཞིང་མཚོན་བསྟོན་  
 འབུལ་བ་དང་། རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱལ་མཚན་ལ་རབ་གནས་མཛད་པ་ཞིག་མྱིས་  
 པས། ཐུགས་རྒྱལ་ཅུང་ཟད་འབྱུངས་པའི་ངང་ནས་མནལ་སད་པ་དང་། ཐུགས་དབྱེས་ཤིང་  
 སྒྲོ་བ་ཞིག་བྱུང་བའི་ངང་ནས། ཡུམ་ཚབ་འབྲེན་དུ་བྱུང་སྟེ། སྐུ་མ་ལགས། མདང་ངའི་མྱི་  
 ལམ་དུ་བྱུང་བློ་གསལ་ལྟ་རྒྱུ་ནས་ཡིན་ཟེར་བའི་བྱུང་མེད་གཉིས་ཀྱིས་ཤེལ་གྱི་མཚོན་རྟེན་ཕྱི་དྲི་  
 མས་ཅུང་ཟད་གོས་པ་ཞིག་ཁྱེད་བྱུང་སྟེ། ཡབ་ལ་སྐུ་མ་རྒྱ་རོ་བའི་བཀའ་ལུང་ཡིན་  
 པས། མཚོན་རྟེན་འདི་ལ་རབ་གནས་གྱིས་ལ་རིའི་ཆེར་ཞོག་ཟེར་བལ། ཡབ་གྱི་ཞལ་ནས་  
 གྲུང་མཚོན་རྟེན་འདིའི་རབ་གནས་པ་ཆ་ཆེན་རྒྱ་རོས་གྲུབ་གྲུབ་པ་ཞིག་ཡིན་ནའང་། སྐུ་མའི་  
 བཀའ་སྐྱབ་དགོས་གསུངས་ནས། མཚོན་རྟེན་བུམ་རྒྱུས་འབྱུང་པ་སོགས་རབ་གནས་གྱི་ཆོག་  
 རྒྱལ་པར་མཛད་དེ། རི་ཆེར་བཞག་པས་མཚོན་རྟེན་དེ་ལས་ཉི་ཟླ་ལྟ་བུའི་འོད་ཆེན་པོ་  
 དང་། མཚོན་རྟེན་དེ་འདྲ་མང་པོ་འཕྲོས་ཏེ། རི་ཆེ་ཀླན་གང་བའི་དགོན་གཉིས་བྱུང་མེད་དེ་  
 གཉིས་ཀྱིས་བྱེད་ཅིང་འདུག་པ་ཞིག་མྱིས། ཅི་ཡིན་ནམ་ཞུས་པས། མྱི་ལམ་གྱི་དོན་མཐུན་པ་  
 འདུག་དགོངས་ཏེ་ཐུགས་ཤིན་ཏུ་དབྱེས་པ་ཞིག་བྱུང་རུང་། མྱི་ལམ་ལ་འབྱུངས་མེད་པས་ཅི་  
 ཡིན་མི་ཤེས། ང་ལམ་ཁམ་གིར་སྤྱོད་ཀྱི་ཏུ་འགྲོ་བས་ཆས་གྱིས་གསུངས། ལས་མི་འདི་  
 ཅམ་ཞིག་བྱས་ནས་ཁྱེད་སྐུ་མ་ཆེན་པོ་ཞིག་ལས་ལ་བྱོན་ན། རེད་རྣམས་ལ་ཀླན་གྱིས་འབྲུབ་  
 ཞིག་འོང་བས་བཞུགས་པར་ཞུ་ཞེས་ཞུ་བ་ལྟལ་རུང་། མ་གསལ་ནཔར་སྐུ་མ་རང་བྱོན་ནས་ང་ལ་  
 ཆང་མང་པོ་ཁྱེད་ཤོག་གསུངས། བུམ་པ་གང་ཁྱེད་ཕྱིན་པས། འདི་ང་རང་འཐུང་བ་ཡིན་དེ་  
 མགོན་ཆང་ཁྱེད་ཤོག་གསུངས། ཡང་བུམ་པ་གང་ཁྱེད་ཕྱིན་པས། དེས་ལ་བསྐྱུངས་དབུ་ཞུ་

བཀའ་བསྟེ། སྤྱུ་སྟོག་པའི་ངང་ནས་སོ་རང་མཛད་པ་དང་། སྤྱད་བཞེས་རུང་བཞུགས་པར་  
འདུག།

ངས་ཀྱང་ལྟོ་བྲག་གི་མདའ་ནས། མི་སྤང་ཆོད་ལ་སྦྱེས་མཆོག་མར་པ་ལོ་རྩ་གང་ན་  
བཞུགས་ཞེས་འདི་ཞིང་བྱིན་པས། རྒྱུས་ཡོད་ཟེར་བཞིག་ཀྱང་མ་བྱུང་བ་ལ། གྲོ་བོ་ལུང་  
མཐོང་བའི་ལ་ཁར་སྟེབས་པའི་ཆོ་མི་ཞིག་བྱུང་བ་ལ་སྤར་ལྟར་དྲིས་པས། མར་པ་ཟེར་བའི་  
ཡོད། སྦྱེས་མཆོག་མར་པ་ལོ་རྩ་ཟེར་བའི་མེད་ཟེར། འོན་གྲོ་བོ་ལུང་གང་ན་ཡོད་བྱས་  
པས། གྲོ་བོ་ལུང་པ་གི་ཡིན་ཟེར་བ་སྟན་བྱུང་། པ་གི་ན་སྤྱུ་བཞུགས་བྱས་པས། མར་པ་ཟེར་  
བ་དེ་ག་ཡོད་ཟེར། དེ་ལ་གཞན་མཆོག་མེད་དམ་བྱས་པས། ལ་ལས་སྒྲམ་མར་པ་འང་ཟེར་  
ཞིང་འདུག་ཟེར། སྒྲམ་འདི་གང་ན་ས་ཡིན་པར་ཐག་ཆོད་དེ། ལ་ཁ་འདི་ལ་ཅི་ཟེར་བྱས་  
པས། འདི་ལ་ཆོས་ལ་སྒྲུང་ཟེར། ཆོས་ལ་སྒྲུང་ནས་སྒྲམ་འདི་གང་ན་ས་མཐོང་བ་རྟོན་འབྲེལ་  
ཤིན་ཏུ་ལེགས་སྒྲམ་དག་འབཞིག་བྱུང་།

དེ་ནས་ཀྱང་ཡར་འདི་ཞིང་འོངས་པས། སྤྱུགས་རྒྱུ་མང་པོ་ཞིག་འདུག་དེ་རྣམས་ལ་  
དྲིས་པས། གན་པ་རྣམས་ན་རེ་རྒྱུས་མེད་ཟེར་བ་ལ། དེ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་བྱིས་པ་ཡིད་དུ་  
འོང་ལ་བཞིན་དང་རྒྱན་བཟང་བ། སྤྱུ་ལྟེ་བ་དེ་བ། སྤྱུ་མ་གྱི་རལ་པ་ཤིག་གོ་བཞིག་ན་རེ། དེད་  
ཀྱི་པ་ཇོ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་ནམ། དེ་ཡིན་ན་ངེད་ཀྱི་པ་ཇོ་ཞི་ངེད་རང་གི་ནོར་གང་ཡོད་ཀྱིས་གསེར་  
ཉོས་ནས་རྒྱགར་ལ་བྱེར་འགོ། རྒྱུར་འབྱོས་མ་ལ་པོ་ཉི་ཤ་རིང་བ་མང་པོ་བྱེར་ནས་སྟེབས་འོང་  
བཞིག་ཡོད། སྤར་ལས་རྒྱུ་ནས་མི་བྱེད་པའི་དེ་རིང་པ་ཇོ་སྤྱུ་སྟོག་གི་ན་ཡོད་ཟེར་བ་  
ལ། རིགས་པས་བརྟགས་ན་འདྲ་མོ་ཡིན་ཏེ། ཁོང་ལོ་རྩ་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་སྤྱུ་སྟོག་གི་ན་རང་མེད་  
དམ་སྒྲམ་ནས་འོངས་པས། ལ་མ་ཁ་ཞིག་ན་བན་དེ་སྤྱུ་ཆེ་ལ་སྤྱུ་ཤ་འབྱུར་བ། སྤྱུ་ན་ཡངས་ལ་  
ཟེལ་ཆེ་བ་གཅིག་སྤྱུ་སྟོག་ཅིང་འདུག་པ་ལ། མཐོང་མ་ཐག་ཏུ་སྤྱུར་མེད་པའི་དག་འབདེ་བས་མ་  
བྱིས་མི་བྱུང་བའི་ངང་ལ། ཆོ་འདི་འདི་སྤྱང་བ་ཏུ་ར་ཏུ་ར་པོ་དེ་འགགས་ནས་དར་ཅིག་ལུས་

འདུག། དེ་ནས་ངས་བྱང་པ་ལགས། ཡུལ་འདི་ན་དཔལ་རྒྱ་རོ་པའི་དངོས་སྟོབ། སྐྱ་སྐྱར་  
 མར་པ་ལོ་རྒྱ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་ཟེར་བ་དེ་གང་ན་བཞུགས་ཞུས་པ། བན་དེ་དེས་ངའི་མགོ་  
 མཐུག་མེད་པ་ལ་ཡུན་རིང་བཞིག་བཟླས་ཏེ། ཁྱོད་གང་ནས་ཡིན། ཅི་བྱེད་གསུངས་  
 པས། བདག་གཙང་ལ་སྟོད་གྱི་མི་སྒྲིག་པོ་ཆེ་ཞིག་ལགས་ཏེ། ཁོང་སྟན་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་  
 གདའ་བས་དམ་པའི་ཆོས་ཤིག་ཞུ་བྱེད་པ་ལགས་ཞུས་པས། འོ་ན་ངས་མར་བ་དང་སྤྱད་  
 གྱིས། ཁྱོད་འདི་ཕུ་འདི་སྟོགས་ཤིག་གསུངས་དབུ་ཞུ་བྱེད་འོག་ནས་ཆང་ས་ལ་བསྐྱུངས་པ་བཏོན་  
 ཏེ་གནད་བྱུང་བས་པན་ལ་ཞིམ་པ་ཞིག་བྱུང་། ཕུ་འདི་རེ་མ་ལ་སྟོགས་ཤིག་ཟེར་བན་དེ་དེ་ལོག་  
 སོང་བ་དང་། ཆང་ལྷག་མ་ལུས་པར་བཏུངས་ཏེ་ཕུ་རེ་མ་ནས་བསྟོགས་པས། དར་ཅིག་ནས་  
 ཕུགས་ཐེའི་གསེབ་ནས་ཆ་སྟོན་པའི་བྱ་ཆུང་དེ་འབོད་དུ་བྱུང་སྟེ། སྐུ་མའི་ཞལ་ཏ་ལ་ནང་དུ་ཤོག་  
 གསུང་གིན་འདུག་ཟེར་བས་དག་འསྟེ། ཁོང་གིས་ངའི་མཇལ་སྐྱའི་གོ་ཆོད་འདུག་པས། ངས་  
 གྲུང་ཁོང་གི་ཕུ་སྟོག་འསྟོ་འདི་གོ་ཆོད་ཅིག་བྱེད་བྱས་ལྷག་ཅུང་ཟད་ཅིག་འདུག་པ་དེ་  
 བསྟོགས། ཞིང་དེས་ང་སྐུ་མ་དང་མཇལ་བའི་མཐུན་ཆེན་བྱས་པས། ཞིང་གི་མིང་ལ་འང་  
 མཐུན་ཆེན་དུ་ཆགས་ཏེ། དབྱར་ཞིང་གི་མཐའ། དགུན་དགྱིལ་ལ་ལམ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡོད་  
 ཇོ། རྟོན་ས་དབུ་ཆུང་དེ་དང་བསྐྱེབས་ཏེ་ནང་དུ་ཕྱིན་པས། སྐུ་ནས་ཀྱི་བན་དེ་དེས་གང་ན་གྱི་  
 སྟེང་ན་འབོལ་ཉིས་ཅུ་ག་གྲུམ་ཅོད་དང་སུམ་ཅུ་ག་སྟེས་འབོལ་དང་བཅས་པའི་སྟེང་ན་སྐུ་མ་ཕྱིས་  
 ཤིག་བྱས་པ་ལ་སྟོན་ཕྱག་དང་སྟེའི་བྱ་གཤོག་གི་གཤོངས། སྐུ་དང་ཨག་ཆོམ་རྒྱུ་ས་འཕྲིབ་  
 མ་བྱུང་བར་ས་ཁལ་ལེ་བཞིག་བྱས་ནས་སྟོ་ཆོལ་ལྷག་གོ་འདུག་པ་ལ། འདི་ནི་སྐུ་མ་གྱི་དཀ་  
 ཡིན་པར་འདུག། སྐུ་མ་གང་ན་བཞུགས་པ་ན་སྐྱུ་མ་བཟླས་པས། སྐུ་མའི་ཞལ་ནས། རོ་མི་  
 ཤེས་པ་བཤེན་འོང་། མར་བ་དང་རང་ཡིན་ཕྱག་འཆོལ་ཅིག་གསུངས། དེར་ཕྱག་བཙལ་ཞབས་  
 སྟེ་ཤོར་བྱངས་ཏེ། སྐུ་མ་རིན་པོ་ཆེ་བདག་ཉི་མ་ལ་སྟོད་ནས་གྱི་མི་སྒྲིག་པོ་ཆེ་ཞིག་ལགས་

པས། ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་ཡང་འབྱུང་། ལྟོ་གོས་ཆོས་གསུམ་ཡང་སྒྲུལ་ལ་ལྟ། ཆོ་  
འདིར་སངས་རྒྱུ་བཞིག་གྲགས་མེས་འཛིན་པར་ལུ་ལུས་པས། སྒྲུལ་ལེ་ཞལ་ནས། སྤྲིག་པོ་ཆེ་  
ཡིན་པའི་ཡུས་དལ་མི་འགྲོ། དཔེ་ཆེད་དུ་སྤྲིག་པ་གསོག་ཏུ་བཏང་བཞི་མིན། ཁྱོད་ཀྱིས་སྤྲིག་  
པ་ཅི་བྱས་པ་གསུངས། རྒྱུ་མཆོན་རྣམས་རྒྱས་པར་ལུས་པས། འདུག་གང་ལྟར་ན་འདྲ་ལུས་  
དག་ཡིད་གསུམ་འབྱུང་བ་དེ་བཟང་། ལྟོ་གོས་ཆོས་གསུམ་ཀུན་མི་འོང་། ཡང་ན་ལྟོ་གོས་  
སྟེར་ཆོས་གཞན་ནས་ཆོལ། ཡང་ན་ཆོས་སྟེར་ལྟོ་གོས་གཞན་ནས་ཆོལ། དེ་གཉིས་  
འདོམས། དས་ཆོས་སྟེར་བ་འདམས་ན་ཆོ་འདིར་སངས་རྒྱུ་ཆུ་ཁྱོད་རང་གི་སྤྲིང་རུས་ལ་  
རག་ལས་གསུངས། འོན་སྒྲུལ་ལི་དུང་དུ་ཆོས་ལ་གཏད་འོངས་པ་ལགས་པས། ལྟོ་གོས་  
གཞན་ནས་འཆོལ་བར་ལུ་ལུས་ནས་དཔེ་ཆ་གཅིག་ཡོད་པ་དེ་མཆོད་ཁང་དུ་བསྐྱུལ་བས་ཁྱོད་ཀྱི་  
དཔེ་གོག་དེ་སྤྲིང་ཐོན། དཔེ་ཆེན་མཆོད་རྣམས་ལ་ཆམ་པ་འོང་གསུངས། དཔེ་དཔེ་ཆའི་ཁྱོད་  
ནས་སྤྲིང་དཔེ་ཆ་ཡོད་པས་ལན་སྟེན་པ་བྱུང་། ང་རང་འདུག་སར་ཆགས་བྱས་ནས་ཞག་ཤས་  
དེར་བསྐྱད་དེ། ཡུམ་གྱིས་བཅས་སྤྲིད་པོ་བྱིན་གསུངས། སྒྲུལ་དང་ཞལ་མཇུག་བའི་མཛད་པ་  
སྟེ་མཆོག་གི་མཛད་པ་དང་པོ་འོ། །

### གཉིས་པ། སྤྲིག་སྤྲིབ་མ་ལུས་སྐྱུངས་པ།

དེར་ལྟོ་བྲག་གི་ལུང་པ་ལུ་མདའ་ཀུན་ལ་བསོད་སྟོམས་བྱས་པས། ལྟོ་བྲག་ཕྱེ་བོ་ཆེན་  
ནས་ཁལ་ཉེར་གཅིག་ཆེད་པ་ལས། བཅུ་བཞི་ལ་ཟངས་དུ་བཞེས་སྤྲིན་དགཉིས་ཀྱི་ལྟོ་བྲག་དང་  
གཡའ་འཕོགས་སྤྲིན་གྱིས་མགོས་པ་གཅིག་ཉོས། ཁལ་གཅིག་ཤིང་དུ་སྐྱུར། ཁལ་དུ་གསྐྱེ་  
ཆེ་བཞིག་ཏུ་སྐྱུགས། དེའི་ཁར་ཟངས་དེ་སྐྱུགས་ཏེ་ཁྱེར་འོངས་པས། སྒྲུལ་ལེ་གཟིམས་ཁང་  
དུ་སྤྲིབས་པ་དང་། ཐང་ཆད་ནས་ཡིད་སྐྱུར་དུ་ཕོག་པས། གཟིམས་ཁང་མེར་བཞིག་

བྱུང་། དེར་སྒྲུ་མ་བཞེས་པ་མཛད་ཅིང་འདུག་པ། འཕྲོ་ལ་བཞེངས་ནས་བཞུར་ཤིང་པོ་ཆེ་  
 ཞིག་འདུག་སྟེ། ཁྱོད་དེད་རྣམས་ཀྱང་གཏིབས་འོག་ཏུ་ལག་མཐུས་གསོད་སྒྲུ་པ་ཡིན་  
 བཅད། རྣམས་འཆོམ་པས། རས་དེ་ཕྱིར་ཐོན་གསུངས་ཞབས་ཀྱིས་སྤུལ་བས། དེ་ཞིག་  
 ཕྱིར་འདོན་དགོས་བྱུང་བ་ལ། སྒྲུ་མ་ཐུགས་གཏུམ་པོ་རང་ཞིག་འོང་རིགས་སུ་འདུག་  
 པས། སྐྱུ་བྱུང་བྱུ་དེ་ལུགས་ཀྱི་ཞབས་ཏྲིག་དང་སྦྱོད་ལམ་བྱེད་དགོས་སྒྲུ་མ་པ་མ་གཏོགས་འོག་  
 ལུ་མ་སྦྱེས། དེ་ནས་ཟངས་དེ་སྟོང་པར་ཀུའི་ཕྱག་རྟེན་དུ་སྤུལ། ཕྱག་བཅོལ་བས། ཟངས་ཕྱག་  
 ཏུ་བཞེས་པའི་རང་ལ། ཡུག་ཅིག་སྐྱུ་ན་ཟེམ་མེད་གོངས་པ་ལ་བཞུགས་པའི་མཐར། སྐྱུ་ན་  
 ཆབ་ཉིལ་མཛད་དེ། རྟེན་འབྲེལ་བཟང་། པའ་ཆེན་ལྷ་རོལ་འབྲེལ་འོག་གསུངས་ཕྱག་ཏུ་ཡེར་བ་  
 ཞིག་མཛད་ནས། ཟངས་དེའི་ལུང་རྣམས་འཁྲོལ་བ་དང་དབྱུག་པས་བརྟུངས་ཏེ་སྐྱེད་ཅི་ཐོན་  
 མཛད་ནས་མཆོད་ཁང་དུ་བསྐྱུམས་ཏེ། མར་མའི་མར་ཁུས་བཀའ་བཞག་པར་གདའ།

དེའི་ཆོང་ཡིད་སྦྱོལ་ཆོས་ཀྱི་འདོད་པས་གདུངས་ཏེ། ཡང་ཡང་ཆོས་དང་གདུངས་  
 དག་གཞན་བར་ཞུ་ཞུས་པས། སྒྲུ་མའི་ཞལ་ནས། ང་ལ་དབྱུས་གཅོང་ནས་སྒྲོ་བ་མ་དད་པ་ཅན་  
 མང་རབ་འོང་གི་ན་ཡོད་པ། ཡར་འབྲོག་སྐྱག་ལུང་པ་དང་། སྦྱིང་པའི་མིས་བརྟུངས་ནས་  
 རྒྱགས་ཀྱང་དང་འབྲེལ་བ་མགོ་ཐོན་དུ་ཡེམ་བཅུག། དེ་གཉིས་སུ་སེར་བ་རེ་ཕོ་བ་ཤོག། དེ་ཡང་  
 ཆོས་ཀ་ཡིན་ནིང་། གདམས་དག་ཀྱང་སྟེར་གསུངས་པ་ལ། དེ་གཉིས་སུ་སེར་བ་ཆེན་པོ་  
 བས་གདམས་དག་ཞུས་པས། ཁྱོད་ཀྱིས་སེར་བ་རྟོག་པོ་གསུམ་པས་པ་ལ་ངས་རྒྱག་རྣམས་  
 དཀའ་བ་སྤྱད་པའི་ཆོས་ཨོའོང་ངམ། ཅིས་ཀྱང་ཆོས་དགོས་ན་ལྟོ་བྱག་ལ་ཁ་བ་འདི་པས་འདི་  
 གཉིལ་ལོ་རོན་པའི་བའི་བུ་སྒྲོ་བ་རྣམས་བརྟུངས། ང་ལ་ཡང་བརྟུས་པ་ཆེན་པོ་རང་བྱས་  
 པས། ཁྱོད་ལ་མཐུ་ཆེན་པོ་ཡོད་ཟེར་བ། ཁྱོད་རང་ལ་ཁ་བ་འདི་རྣམས་ལ་མཐུ་  
 ཐོངས། མཐུའི་རྟགས་ཐོན་ན་པའ་ཆེན་ལྷ་རོལ་ཆོས་ཀའི་ལུས་གཅིག་ལ་སངས་རྒྱུ་བའི་གདམས་

ངག་ཡོད་པས་སྟེར་གསུངས། དེར་མཐུ་བཏང་བས་ལ་ཁ་བ་རྣམས་ནང་འཛིངས་  
 བྱུང་། ཐུགས་སྦྱང་བའི་མི་མང་པོ་གྲི་ཁར་ཉི་བག་ཐིགས་ནས། ཁྱོད་ལ་མཐུ་ཆེན་པོ་ཡོད་ཟེར་  
 བབ་དེན་པར་འདུག་གསུངས་ནས་ང་ལ་མིང་མཐུ་ཆེན་དུ་བཏགས། དས་ངས་རྒྱ་བའི་གདམས་  
 ངག་གནང་བར་ཞུས་པས། ཉེ་ཉེ་ཁྱོད་ཀྱིས་སྟེག་པ་བསགས་པའི་རྒྱ་བར་ངས་ལུས་སྟོག་  
 ལ་མ་བལྟས་པར་རྒྱག་ར་ལ་བྱིན། ཅོར་ལ་མ་བལྟས་པར་གསེར་པངས་མེད་དུ་ཕུལ་ནས་ཞུས་  
 པའི་གདམས་ངག་མ་ཁའ་འགྲོའི་ཁ་རྒྱངས་ཐོལ་བ་འདི་ཆོ་དགོས་ཟེར་བ་ད་ཀྱང་ཡིན་དུ་འཁྱུང་  
 དགས་པས་དགོད་བྲོ། ང་མིན་གཞན་ཞིག་ཡིན་ནགས་དུ་འདོད་ཅོད་དེ། ད་ཁྱོད་རང་ཡར་  
 འབྲོག་པ་རྣམས་ཀྱི་ལོ་སྟོན་ཆུག་ ལ་ཁ་བ་རྣམས་ཀྱི་མི་ཀུན་གསོས་ཤོག་ཅིག དེ་བྱུང་ན་  
 གདམས་ངག་སྟེར། དེ་མིན་ངའི་ཕྱོགས་ལ་མ་འཁོར་གསུངས་ཕྱག་འཁེབས་གནང་བ་ཙམ་  
 ཀྱིས་བཀའ་བཏུ་ན་མཛད།

དེ་ནས་ཡི་ཆད་དགས་མང་པོ་དུས་པས། ཡུམ་གྱིས་སེམས་གསོ་མཛད། བངས་  
 པར་རྒྱ་མ་རང་ཐེབས་ནས་མདངས་ཁྱོད་ལ་མང་པོ་རང་འཐབས་འདུག་ མ་དག་འབ་མ་  
 བྱེད། ག་ལེ་བྱས་གདམས་ངག་སྟེར་བས་ངང་མ་བྱུང་། ཁྱོད་ལས་རེ་མ་པོ་རང་ཞིག་འདུག་  
 པས། ད་དར་མ་མདོ་སྟེ་འབོགས་པའི་མ་ཁར་ཞིག་ཅིག་གྲོགས་གྱིས། དེ་ཆོར་ནས་གདམས་  
 ངག་ཀྱང་སྟེར་ལ། ལྷོ་གོས་ཀྱང་རང་གིས་སྦྱོར་གསུངས། དེ་བར་ལ་བདག་ཆོས་མེད་དུ་  
 ཞིན་ཇི་ལྟར་བྱེད་ལགས་ཞུས་པས།

དེ་བར་ལ་མི་འཆི་བའི་ཁག་ཀྱང་རང་གིས་ཐེག་ཁ་ཐོ་མེད་པའི་ཆོས་མེད་དེ། ཁྱོད་  
 རང་སྟོང་དུས་ཆེར་བཅིག་འདུག་པས་ངའི་གདམས་ངག་སྟོན་ཞུས་ན། ཆོ་འདིར་སངས་ཨོ་རྒྱུ་  
 མི་རྒྱུ་ཡང་སྟོན་པ་ཡིན་ཏེ། ངའི་བརྒྱུད་པ་འདི་ལ་གཞན་དང་རང་ཡེ་མི་འདྲ་བའི་བྱིན་རྒྱལ་གྱི་  
 བཀའ་བབས་ཤིག་ཡོད་གསུང་ཞུས་ཏེ་བཟང་པོ་གནང་བས་སེམས་དག་འབར་བྱུང་སྟེ། འོན་  
 མཁའ་གྱི་ཞལ་བཙོས་མཛད་པར་ཞུ་ཞུས་པར་ མཁའ་དེ་པ་ཆོན་ཀུན་གྱིས་མནའ་བསྐྱལ་ནས་

མཁའ་ཕྱི་གསལ་མེད་པའི་ས་འགག་དམ་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལ། མར་པ་མཉམ་ཁོངས་ན་མེད་  
 པས་དེར་ཕྱི་ག་དགོངས་པའི་གཡོ་ཐབས་དང་། ངའི་སྤྲེག་པ་སྤྱོད་བའི་ཐབས་སུ། ཤར་  
 རྒྱུགས་ཀྱི་རི་སྤྲེག་ལ་མཁའ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཕྱི་གསལ་གསུངས། ལྷུ་པོ་ཞིག་བཅིགས་  
 པས། བྱེད་ཅམ་ལོངས་པ་དང་། ལྷུ་པོ་བྱོན་ནས་ཁ་སང་བསམ་མཐོན་མ་བོངས་པར་  
 འདུག མཁའ་འདི་རྩ་བ་ནས་ཤིགས་ལ་ས་ས་མལ་དང་། རྩོད་མལ་དུ་སྤྱོད་ལ་ཕྱི་ག་  
 གསུངས། དེ་ལྟར་བྱས་པས། ཡང་ལུ་བཟློགས་ཀྱི་རི་སྤྲེག་ལ་ལྷུ་པོ་དུ་གྱིས་བདེ་པ་ལྟར་  
 མཛད་ནས། ད་མཁའ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཕྱི་གསལ་གསུངས། ལྷུ་པོ་ཞིག་བཅིགས་། དེ་  
 ཡང་བྱེད་ཅམ་ལོངས་པ་དང་། ཡང་ལྷུ་པོ་བྱོན་ནས་འདིས་ཀྱང་མི་འོང་བར་འདུག འདི་ཡང་  
 ས་ས་མལ་དང་རྩོད་མལ་དུ་སྤྱོད་ལ་ཕྱི་གསུངས། དེ་ལྟར་བྱས་པས། ཡང་བྱེད་གི་རི་སྤྲེག་  
 ལ་བྱོན་ནས། ལ་པོ་མཐུ་ཆེན་ཁ་སང་ང་ཆང་གིས་བཟིན་ཁ་ཏ་དེ་ཅམ་ཞིག་མ་བྱུང་བར་  
 འདུག ད་འདིར་མཁའ་དག་འཇོག་ཕྱི་གསལ་གསུངས་པ་ལ། མཁའ་བཅིགས་ཤིང་བཞིག་  
 པ་འདི་འདྲ་བདག་སྤྲེག་ལ་ལྷུ་པོ་ཐུག་པ་ཟུན་པ་ལས་མི་གདའ་བས། ལྷུ་པོ་བསམ་ཡང་དག་  
 བཏང་ནས་མཛད་པར་ཞུ་བས། ད་ལན་ཆང་གིས་བཟིན་པ་ཡང་མེད། བསམ་སྒྲོ་ཡང་  
 བཏང་བཏང་བ་ཡིན། ལྷུ་པོ་པའི་མཁའ་ཞེས་བྱ་བ་སྤྲེག་སུམ་པ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན་པས་  
 ཕྱི་གསལ་གསུངས་འདི་བཞིག་ཀྱང་མི་དགོས་ཀྱིས་གསུངས། ལྷུ་པོ་སུམ་པ་ཞིག་བཅིགས་། དེ་  
 ཡང་ལྷུ་པོ་ཆེན་མོ་ལོངས་པའི་ཆོ། ཡང་ལྷུ་པོ་བྱོན་ནས། མཐུ་ཆེན་ཁོང་བཅིགས་པའི་མཁའ་  
 འདི་སྤྱི་ཡིན། ཁ་ཏ་སྤྲེག་བྱས་གསུངས་པ་ལ། ལྷུ་པོ་རང་གིས་ཞལ་ཏ་མཛད་པའི་སྤྲེག་  
 མཁའ་ལགས་མོད་ཞུས་པས། ངས་འདི་འདྲི་ཁ་ཏ་བྱས་པ་མི་བྱེད། ཁོང་གི་དེ་བདེན་པ་རང་  
 ཡིན་ནང་སྤྱོད་བའམ་བྱེད་པས་མ་ཟིན་པ་ཞིག་དང་ལྷུ་པོ་ཡིན་འོང་གསུངས། དེ་དུས་བདག་  
 གིས་འདི་འདྲ་བུ་གིས་དོགས་ནས་ལྷུ་པོ་བསམ་ཡང་གཏོང་བར་ཞུ་བས་སྤྲེག་བསྤྲེག་པ་

སྤུལ་བས། སྤུགས་བསམ་བཏང་བཏང་བཡིན། དལ་ན་གྱི་འདི་བཞིག་གྱང་མི་དགོས་གསུང་  
 སྤུགས་བྲན་གསལ་པོ་རང་གདའ་ལུས་པས། འོན་དེ་དུས་ཀྱི་དཔང་པོ་ལ་སྤྲུལ་ཡོད། ལར་  
 མཁར་གྱུ་གསུམ་རྟེན་ཁྲུང་འབྲུའི་དེད་རྣམས་བཅུག་སྟེ་མཐུ་བྱེད་བསམ་པ་ཡིནན། དེད་  
 གྱིས་ནི་ཁྱོད་གྱི་གཞིས་འཕྲོགས་པ་ཡང་མེད་ལ། ཕུའོ་ཐོས་པ་ཡང་མེད་དོ། །དེ་ལྟར་མིན་པ་  
 ཆོས་འདོད་པ་ཡིནན། གཞི་བདག་མི་དག་འབར་འདུག་པས། འདི་འི་ས་རྣམས་ས་མལ་དང་  
 རྡོ་རྣམས་རྡོ་ལ་དུ་སྦྱོལ་ཅིག་ཆོས་དགོས་ན་སྟེར་རོ། །དེ་བཞིན་མིན་ན་སོང་གསུངས་སྤུགས་  
 རྒྱལ་བཞེངས་འདུག་པས། སེམས་སྤྱག་པ་ལ་ཚད་མེད་པ་ཞིག་གྱུང་རུང་ཆོས་འདོད་པས་སྒྲ་  
 མའི་བཀའ་བཞིན་མཁར་གྱུ་གསུམ་དེ་ཡང་ས་ས་མལ་དང་རྡོ་རྡོ་ལ་དུ་བསྐྱལ། དེ་དུས་ངའི་  
 རོ་སྟོད་ལ་སྐལ་མ་ཞིག་གྱུང་བས། སྒྲ་མ་ལ་གཟིགས་སྤུལ་རུང་བཀྲོན་པ་ལས་མི་  
 འོང་། ཡུམ་ལ་གཟིགས་སྤུལ་རུང་ལས་ཡུས་སུ་འགྲོ་བར་འདུག་སྐྱམ་གཟིགས་མ་སྤུལ་བར་  
 དུས་ནས་ཆོས་ལྷན་གསུ་སྤྲོད་པས། ཡུམ་སྒྲ་མའི་དྲུང་དུ་བྱོན་ནས། རོན་མེད་གྱི་མཁར་  
 ལས་གྱིས་མི་སྤྱག་ཐག་གཅོད་པ་འདུག། མཐུ་ཆེན་ལ་ཆོས་སྤུགས་རྗེས་འཛིན་པར་ལུ་ལུས་  
 པས། ཟམ་བཟང་བ་ཞིག་གྱིས་ལ་ངའི་རྩེ་བྱིད་ཤོག་གསུངས། ཡུམ་གྱིས་ཟམ་དང་བཅས་  
 ཏེ་སྒྲ་མའི་དྲུང་དུ་བསྐྱལ་བས་སྒྲ་མའི་ཞལ་ནས། མཐུ་ཆེན་ཁ་སང་གི་ངས་མ་བྱས་པའི་རྟམ་པ་  
 དེ་འབྲམ་བྱེད། ཆོས་འདོད་ན་སྟེར་གསུངས། སྤུན་མོང་གི་རྒྱབས་འགྲོའི་ལུང་དང་སྟོམ་པ་  
 ཞིག་གནང་སྟེ། དེ་ཁྱ་སྤུན་མོང་གི་ཆོས་བྱ་བ་ཡིན། སྤུན་མོང་མ་ཡིན་པ་གསལ་སྤུགས་ཀྱི་  
 གདམས་ངག་དགོས་ན། འདི་འབྲུའི་དགོས་གསུང་། ལྷ་རོའི་རྣམ་ཐར་དཀའ་བ་སྤྱད་ཚུལ་  
 རྣམས་མཛོར་བསྐྱས་པ་ཞིག་གནང་ནས། ཁྱོད་གྱིས་འོང་བ་དཀའ་མོ་ཡིན་གསུངས་པས་མཆི་  
 མ་འཆོར་བའི་དད་པ་དག་པོ་སྐྱེས་ཏེ། སྒྲ་མས་ཅིག་སུང་སྤྱབ་དགོས་སྐྱམ་ཡི་དམ་བཅས།

དེ་ནས་ཞག་འགའ་སོང་བ་དང་། སྒྲ་མ་ཞབས་འཆག་པའི་ཕྱག་སྤྱིར་འགྲོ་གསུངས་  
 ཕྱིན་པས། ཕ་ཚེར་རྣམས་གྱིས་སུང་བའི་ས་འགག་པེར་བྱོན་ནས། དེ་ཁྱོད་རང་འདིར་མཁར་



གྲུ་བཞི་སྒྲུ་བོ་དགུ་ཐོག་གན་རི་ར་དང་བཅུ་ཐོག་ཡོད་པ་ཞིག་ཅིག་སུ། དེ་བཞིག་གྲུང་མི་བཞིག་  
 གྲུ་བ་པ་དང་གདམས་ངག་སྒྲིན་སྒྲུབ་པ་ལ་བཞག་ནས་སྒྲུབ་རྒྱལ་ས་སྒྲུང་གིས་གསུངས། འོན་  
 ཞལ་བཞེས་འདི་རྣམས་ཀྱི་སྒྲུང་པ་དུ་ཡུམ་བཞུགས་པར་བྱང་ལགས་སམ་ཞུས་པས། རུང་  
 གསུངས། དེར་སྒྲུམ་ས་ཅིག་ཆུང་གི་རི་མོ་མཛད། ངས་ཡུམ་གདན་བྱངས་ནས་ཡབ་ཡུམ་  
 གཉིས་ཀ་བཞུགས་སར། སྒྲུང་མཁར་གསུམ་བཅིགས་ཤིང་བཞིགས་པ་ལ། གཅིག་ལ་  
 ཐུགས་བསམ་མ་མོངས་གསུངས། གཉིས་པ་ལ་ཕྱད་གྱིས་བདག་གསུངས། གསུམ་པ་ལ་སྒྲོ་  
 བའམ་བྱུང་པས་མ་བེན་པ་ཡིན་ནམ་བྱས་པ་མི་བྱུང་གསུངས། ཞལ་ཏུག་ནང་ཚུལ་ཞུས་པས་  
 བྱོད་ལ་དཔང་བོ་སྒྲུ་ཡོད་གསུངས་པ་དང་གཞན་ཡང་བཀའ་བཀྲོན་མང་དུ་བྱུང་བས། ད་ལན་  
 ཞལ་བཞེས་འདི་རྣམས་ཀྱི་དཔང་བོར་ཡུམ་སྒྲུབ་བྱངས་པ་ལགས་པས། སྒྲུང་པ་མཛོད་ཅིག་  
 ཞུས་པས། ཡུམ་གྱི་ཞལ་ནས། ངས་དག་དཔང་བོ་བྱས་པས་ཆོག་སྟེ། ཡབ་སྒྲུང་བར་  
 བཅོན་པས་བཅི་བ་དཀའ་མོ་ཡིན། ལར་རང་ཡབ་མཁའ་ལས་མཛོད་དོན་མེད་པར་  
 མཛད། བཞིག་དོན་མེད་པར་བཞིག་གིན་འདུག། བྱུང་པར་ས་འདི་རང་རེའི་མིན་པ་ཀུན་གྱི་  
 མནའ་རི་ཡིན་པས། རྒྱུ་འདྲེའི་གཞི་ཞིག་འོང་སྟེ། ཞུས་པས་ནི་ཡབ་མི་གསན་གསུང་བ་  
 ལ། སྒྲུམ་འཇིགས་ནས་ཡུམ་ལ་བྱོད་རང་བཅོལ་བའི་དཔང་བོ་དེ་གིས། ངས་ཀྱང་ཁས་སྒྲུངས་  
 པ་བཞིན་བྱུང། མ་བཅོལ་བའི་དོགས་པ་དེ་མ་སྒྲོང་བར་སོང་གསུངས།

དེར་ངས་མཁའ་གྲུ་བཞི་འཛུང་བའི་དཔང་བོ་བཅིགས་པའི་ཆོ། གཞུང་གི་རྟོག་སྟོན་  
 ཆོས་རྟོག་། དོལ་གྱི་རྩེ་རྟོན་དཔང་བོ་། གཅོང་རོང་གི་མེས་སྟོན་རྟོན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲུ་ཅེད་  
 ལ་རྟོག་པོ་རང་གཅིག་སྒྱིལ་ཞིང་བྱུང་བཟང་རྟོག་བཅུག་ནས་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ཐོག་ཐོག་སོ་གཉིས་ཅོམ་  
 ལོངས་པའི་ཆོ། མར་པ་བྱོན་ནས་ཀུན་ལ་གཟིགས་རྟོག་དག་འཕོ་མཛོད་པས། བུ་ཆེན་གསུམ་  
 པོས་བསྒྲིལ་བའི་རྩོད་ལ་ཕུག་མཛུབ་བཅུགས་ཏེ། མཐུ་ཆེན་རྩོད་ལ་གནས་བྱུང་།

གསུངས། ཐུགས་སྤྲོས་བྱ་ཆེན་རྣམས་ཀྱིས་སྐྱེ་ཅེད་ལ་བསྐྱམས་བྱུང་བ་ལགས་ཞུས་  
 པས། འོན་ཁོང་ཚོའི་རྣམ་ཐྱོད་ཀྱི་མཁར་ལས་ཀྱི་གོ་མི་ཚོད། རྡོ་འདྲི་ཐོན་ལ་དང་པོའི་སར་  
 སྐྱོལ་གསུངས། མཁར་འདྲི་མི་བཞིག་པའི་ཞལ་བཞེས་ཡོད་ཞུས་པས། དེ་ཡོད་དེང་འཁྱེད་  
 སྐྱོལ་རིམ་གཉིས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་སྒྲོམ་པ་རྣམས་ཐྱོད་ཀྱི་གཡོག་ཏུ་བཀོལ་བར་མཚོད། ཀུན་  
 བཞིག་པའི་མིན། རྡོ་འདྲི་ཐོན་ལ་རང་གནས་སུ་སྐྱོལ་གསུང་། དེར་ཅེ་མོན་ས་བཞིག་སྟེ་རྡོ་  
 རང་གནས་སུ་བསྐྱལ་བས། ད་ཡང་ཐྱོད་རང་གི་ས་ལོངས་ལ་ཆང་རྡོར་ཆུག་  
 གསུངས། གྲངས་པས་ཁོང་གསུམ་གྱི་ཤེད་རང་གཅིག་པོ་ལ་འདོན་དགོས་བྱུང་  
 པས། སྐྱོང་པོ་རང་བྱུང་རུང་སྲར་བཅིགས་པ་དེ་ལ་འདྲི་བྱུང་རྡོར་གྲགས་པ་ཡིན། རི་སྒྲུབ་དེར་  
 ཅིག་ཆང་བཏིངས་པའི་ཆོ། བཅོན་ཀུན་གྱི་གྲོས་ལ། མན་འའི་ལ་མར་པས་སྐྱུ་མཁར་བཅིག་  
 པར་འདུག་པས་བསྐྱུངས་པ་བྲག་ཟེར་བ་ལ། ལ་ལ་ན་རེ་མར་པར་རང་སྒྲོམ་ནས་ལ་སྟོང་ཕྱོགས་  
 ཀྱི་བན་ཆུང་ཤེད་པོ་ཆེ་ཞིག་འདུག་པ་དེ། ས་འབྱུར་ཚད་དང་རི་སྒྲུབ་ཡོད་ཚད་ལ་མཁར་གྱི་བཟོ་  
 ལུང་མ་བསྟན་རེ་བཅིགས། བྱེད་ཅོམ་ལོངས་པ་དང་། ཡང་ཁོ་རང་བཞིག་ཏུ་བཅུག་ནས་ས་  
 རྡོ་རྣམས་རང་གནས་སུ་སྐྱེལ་བྱ་འཇུག་གིན་འདུག་ འདི་ཡང་བཞིག་འོང་། མི་བཞིག་ན་  
 བསྐྱུངས་པས་ཆོག་ བཞིག་མི་བཞིག་བཟོ་ཅེར་བ་ལ། མ་བཞིགས་པར་མཁར་ལས་ནར་  
 མར་བྱས་པས། བདུན་ཐོག་ཏུ་སོང་བ་དང་འདྲི་ཞེད་པ་ལ་འད་སྐལ་ཆ་གཅིག་བྱུང་། དེ་དུས་  
 བཅོན་རྣམས་ན་རེ། ད་མི་བཞིག་པར་འདུག་ དང་པོ་བཞིགས་པ་དེ་རྣམས་འདྲིར་ཅིག་པའི་  
 དན་གཡོ་ཡིན་པར་འདུག་ ད་རང་རེ་ཆོས་བཞིག་ཟེར་དམག་ཆས་པས། དེའི་ཆོ་གྲམས་  
 སྐྱལ་པ་མཛད་ནས་དམག་ཁྲབ་ཅན་མང་པོས་མཁར་གྱི་ཕྱི་ནང་ཀུན་བཀང་བས། མར་པ་ལོ་  
 རྩེས་དམག་དེ་ཅོམ་གང་ནས་བོས་པ་ན་ཟེར་ཀུན་སྐྱོག་སྟེ་འཛིང་མ་ཞུས་པར་རེ་རེ་ནས་ཕྱག་འབུལ་  
 དང་ཞུ་འབུལ་ལ་མག་ཏུ་བྱུང་བས། ཀུན་ཡོན་བདག་དང་འབངས་སུ་ཆུག་གོ། །

དེ་དུས་གཙང་རིང་གི་མེས་སྟོན་ཚོན་པོ་བདེ་མཆོག་གི་དབང་མོ་ཆེ་ལུང་བྱུང་  
 བས། ཡུམ་གྱི་ཞལ་ནས་ད་ལན་ཁྱོད་རང་ཡང་དབང་ཞིག་ཅིས་ཀྱང་ཐོབ་པ་བྱེད་  
 གསུངས། ང་རང་གི་ཡིད་ལ་འང་ངས་འདི་ཙམ་གྱི་མཁར་ཞིག་བརྟེན་པ་ལ། རྫོང་མགོ་  
 ཙམ་ཞིག་གམ། ས་ཙམ་པོ་གང་ངམ། རུ་ཕོགས་གཅིག་གམ། འཛིམ་པ་བྱེད་གང་སྐྱེལ་  
 བའི་གྲོགས་མེད་པར་བརྟེན་པ་ལ་ཡིན་པས། ད་ལན་དབང་བསྐྱར་གནང་འོང་སེམས་པ་བྱུང་  
 སྟེ། བྱུག་བཙལ་ནས་དབང་གཤམ་ལ་བསྡད་པས། གླ་མའི་ཞལ་ནས་མཐུ་ཚེན་ཁྱོད་ལ་དབང་  
 ཡོན་ཅི་ཡོད་གསུངས། གླ་མའི་སྤྲས་མཁར་གྱི་ཞབས་ཏྲིག་བསྐྱབས་པས། དབང་དང་  
 གང་མས་པ་གནང་བའི་ཞལ་བཞེས་ཡོད་པ་དེས་གནང་དུ་ཤེ་བསྡད་པ་ལགས་ལུས་པས། གླ་  
 མའི་ཞལ་ནས། ཁྱོད་ཀྱིས་སྤེལ་གང་རུ་ཙམ་ཞིག་བརྟེན་པ་ལ། ངས་རྒྱུག་པ་ནས་ད་ཀའ་  
 ལས་བྱས་པའི་དབང་དང་གང་མས་པ་མི་ཐོབ། དབང་ཡོན་ཡོད་ན་ཁྱེད་ལོག་ དེ་མིན་གསང་  
 སྤྲུགས་ཟབ་མའི་དབང་གཤམ་དུ་མ་སྤྲོད་གསུངས། འགམ་ལྷག་བརྒྱབ། གླ་ནས་བཟུང་ཕྱིར་  
 བཏོན་པས། ད་ལྟ་རང་གིན་དགའ་བ་ལ་བསམ་མཚན་ཐོག་ཐག་ཏུ་བྱུ་ཞིང་བསྡད། དེ་དུས་  
 ཡུམ་བྱོན་ནས། གླ་མ་འོང་ངས་རྒྱུག་པ་ནས་གླངས་པའི་ཆོས་འདི་རྣམས་སེམས་ཙན་ལ་པན་དུ་  
 རེན་ས་གླངས་པ་ཡིན་གསུངས། གླུ་མ་དུ་ནད་ཀྱི་གཅིག་བྱུང་རུང་། ཆོས་གསུང་ཞིང་མཐུག་  
 བསྟོར་བས་སྤྱད་པ་ཞིག་འདུག་པ་ཡིན་ཏེ། ཁྱོད་ལ་བྱུགས་ལ་མི་འདོགས་པ་འདི་ཅི་ཡིན་མི་ཤེས་  
 པར་འདུག་ འོན་ཀྱང་ལོག་ལྟ་མ་སྐྱེས་པ་གྱིས་གསུངས། སེམས་གསོ་མཛད། བངས་པར་  
 གླུ་མ་རང་བྱོན་ནས། མཐུ་ཚེན་ཁྱོད་རང་དཔེ་ཞིག་མཁར་གྱི་རྟིག་འཕྲོ་ཞོག་ལ། ཞོལ་གྱི་རྣམ་  
 པའི་བྱེད་མས་ཀྱང་བརྟེན་པ་ཡོད་པ་བཙན་ཁང་དང་བཙས་པ་ཞིག་རྟེན་པས། དེ་ལོངས་པ་དང་  
 དབང་དང་གང་མས་ངག་སྟེར་གསུངས། དེར་བྱེད་མས་ཀྱི་རྩང་བཏིངས་ནས་བརྟེན་པས། ཡུམ་  
 ཀྱིས་དུས་རྒྱུན་དུ་ཟམ་ལ་བྱེད་མ་ཆག་པ་དང་། ཆང་བཟི་བེར་ཤེ་བ་རྒྱུན་དུ་གནང་ནས་སེམས་

གསོ་བཅད་བྱམས་པོ་རང་མཛད། བྱམས་ལོངས་སྤྱུང་བའི་ཆོ། འོ་མ་གྱི་ཚུར་སྟོན་དབང་དེ་  
 གསང་འདུས་ཀྱི་དབང་མི་ཆེ་ལྷུང་བྱུང་བས། ཡུམ་གྱི་ཞལ་ནས་ད་ལན་བྱུར་དབང་ཞིག་ཅིས་  
 གྱུང་ཐོབ་པ་བྱེད་གསུངས། མར་ལྷང་གཅིག་སྐྱམ་བྱུང་བས་གཅིག་ཟངས་རྒྱུད་གཅིག་  
 རྣམས་གནང་བ་ཐུག་རྟེན་ལ་སྤུལ་ནས་དབང་གྲུལ་ལ་བསྐྱེད་པས། སྤྱི་མའི་ཞལ་ནས་མཐུ་ཆེན་  
 རྟོན་དབང་གྲུལ་ལ་སྤྱོད་པའི་དབང་ཡོན་ཅི་ཡོད་གསུངས། མར་ལྷང་དང་སྐྱམ་བྱུང་དང་ཟངས་དེ་  
 རྣམས་ལ་གསལ་ཞུས་པས། དེ་རྣམས་ང་ལ་ཡོན་བདག་ཆེ་གོ་མོ་དང་ཆེ་གོ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་སྤུལ་  
 བའི་ནོར་ལགས། དའི་ནོར་གྱིས་རྟོན་ཀྱི་དབང་ཡོན་མི་འོང་། རྟོན་རང་ལ་ཡོད་ན་ཟུར་  
 ཤོག་ དེ་མིན་འདི་དབང་གྲུལ་དུ་མ་སྤྱོད་གསུངས་བཞེངས་ནས་བཀའ་བརྟུན་མང་པོ་གསུངས་  
 ཤིང་། ཞབས་ཐོས་བརྒྱུད་སྟེ་བཏོན་པས། ས་ལ་ཐིམ་ནད་གའ་བ་ལ་སྦྲུམ་པ་དང་། ངས་  
 མཐུ་བཅད་ནས་མི་མང་པོ་བསད། སེར་བས་ལོ་མང་པོ་བཅོམ་པའི་རྣམ་སྤྲིན་ཡིན་ནམ། ཆོས་  
 ཡེ་མི་འོང་བ་མཐུན་པ་ཡིན་ནམ། སྤྱི་མཐུགས་རྩི་རྒྱུད་ནས་མི་གནང་བ་ཡིན་ནམ། གང་ནའང་  
 ཆོས་མེད་པའི་མི་ལུས་སྤྲིག་གསོག་པ་འདིས་ཅི་བྱེད། ལྷེ་བ་བམ་ལྷེ་བ་བམ་སྦྲུམ་པའི་  
 ཆོ། ཡུམ་གྱིས་ཆོགས་སྒྲུལ་གཅིག་བསྐྱུལ། སེམས་གསོ་མང་པོ་མཛད་ནས་སོང་  
 རུང་། ཆོགས་ལ་རོལ་པའི་འདུ་ཤེས་གྱུང་སྟོར་ནས། མཚན་ཡལ་དུ་ཞིང་བསྐྱེད་  
 པས། རངས་པར་ཡང་སྤྲོ་མ་བྱོན་ནས། ད་ལྟོ་དང་བྱམས་དང་སྤུ་འདི་འཕྲོ་སྤོང་ལ་མཐར་  
 སྐྱོལ། དེ་ནས་དབང་དང་གཏམས་ངག་སྟེར་རང་སྟེར་གསུངས་ནས་མཁར་ལས་བྱས་  
 པས། བྱམས་མཐར་ཕྱིན་དུ་ལོངས། དེའི་དུས་འདི་ཆང་ར་ལ་ཡང་སྒྲུལ་ཆུ་གཅིག་བྱུང་  
 སྟེ། སྒྲུལ་མིག་གསུམ་ཀ་ནས་རྒྱག་འཛིག་པ་དང་། རྒྱབ་ཆུ་སོང་བ་ཡུམ་ལ་གཟིགས་  
 སྤུལ་རྟེ། མཁར་གྲུ་བཞི་འགྲུ་མ་འདི་དུས་ཀྱི་ཞལ་བཞེས་རྣམས་བསྐྱེད་གསོས་ནས། ཆོས་  
 དྲན་བྲགས་ཆོས་ལྷ་གྲོགས་སུ་སྤྲོད་པས། ཡུམ་གྱིས་ལེགས་པར་གཟིགས་ནས་སྤྲོད་ཆབ་  
 བསིལ་རྟེ། ངས་སྤྲོ་མ་ལ་ལྷག་སུང་། སྤྱི་མའི་དུང་དུ་བྱོན་ནས་ལྷས་པ། སྤྱི་མ་རིན་པོ་

ཆེ། མཐུ་ཆེན་གྱིས་འདི་ཙམ་གྱི་མཁར་ལས་བྱས་པས་ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་མ་དང་སེར་ཀར་  
 སོང་། རྒྱལ་ལ་སྤྲལ་མིག་གསུམ་བྱུང་བ་ནས་ནྟག་ཁྲག་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་འཛིག་གིན་  
 གདའ། སྤར་རྟ་བོང་ལ་སྤྲལ་མ་བྱུང་བེར་བ་ན་བས་ཀྱང་ཐོས། མིག་གིས་ཀྱང་མཐོང་  
 རྟེ། མི་ལ་སྤྲལ་མ་བྱུང་བེར་བ་ཐོས་ཀྱང་མ་ཐོས་མཐོང་ཡང་མ་ཐོང་། འདི་འདྲི་མི་གཞན་  
 གྱིས་མཐོང་བ་དང་ཐོས་པ་བྱུང་ནང་ངོ་ཡང་ཆ་བར་གདའ། ཡབ་རང་སྤྲོ་མ་ཆེན་པོ་ལགས་  
 པས་ཞབས་ཀྱང་འདྲེན་བར་གདའ། ཁོ་སྤྲིང་ཡང་ཇེ་བར་གདའ་བས། དབུ་འདི་ལ་ཆོས་ཤིག་  
 གནང་བར་ཞུ། དང་པོ་མཁར་ལོངས་ནས་ཆོས་གནང་བར་མཛོད་པ་ལགས་མོད་ལྷུས་  
 པས། སྤྲམ་འཛིན་ལ་ནས་དེ་ཀ་རེད་ཟེར། མཁར་བཅུ་ཐོག་ལོངས་ནས་ཆོས་སྟེར་བར་བྱས་པ་  
 ཡིན་པས་བཅུ་ཐོག་གའེག་གསུངས། བཅུ་ཐོག་ལས་ལྷག་པའི་བྲམ་ས་བཞིགས་པ་ལགས་མོད་  
 ལྷུས་པས། ལབ་ལབ་མང་ཁན་མེད། བཅུ་ཐོག་ལེལ་ན་ཆོས་སྟེར་བ་ཡིན། སྤྲལ་མ་རང་  
 བྱུང་འདུག་གསུངས་པས། དེས་ན་ཡབ་སྐུ་དབང་གིས་གཙོད་པར་གདའ་བས་གང་  
 དགེས་ཡིན། སྤྲལ་མ་བྱུང་བ་ཙམ་དུ་མ་ལུས་པར་རྒྱལ་སྤྲལ་མ་ར་སོང་གདའ་ཞེས་གསུག་གི་བ་  
 ལྷུས་ནས་སྤྱར་དུ་བྱོན་པས། འོན་ཡར་ཤོག་གྱིས་གསུངས། ཆོས་གནང་བ་ཡིན་ནམ་སྤྲམ་  
 བྱིན་པས། མཐུ་ཆེན་སྤྲལ་མ་སྟོན་དང་གསུངས། གཟིགས་ཕུལ་བས་ལེགས་པར་གཟིགས་  
 པའི་མཐར། ཁྱོད་ཀྱི་འདི་བས་ལྷག་པ་འདི་ཇོ་བོ་རྩྱ་རོ་པ་དེས་དཀའ་ཆེན་བཅུ་གཉིས། དཀའ་  
 ཐུན་བཅུ་གཉིས་ཏེ། དཀའ་བ་མི་འདྲ་བ་ཉེར་བཞི་སྤྲལ་པར་གི་ཐོག་དུ་སྤྱད་པ་ཡིན། ངས་  
 ཀྱང་གཙུག་པའི་སྟོག་དང་པངས་པའི་རོར་ལ་མ་བལྟས་པར་ཇོ་བོ་རྩྱ་རོ་པ་བསྟེན་པ་ཡིན། དེའི་  
 སྤར་ཆོས་འདོད་ན་ལུས་མ་ཆེ་བར་མཁར་ལས་ཀྱི་འཕྲོ་གྱིས་གསུངས་པ་ལ་དེ་ཡང་མད་སྤྲམ་པ་  
 བྱུང་། གོས་ལ་སྤྲལ་ཆ་གསལ་མཛོད་དེ། རྟ་བོང་ལ་ཡང་འདི་བཞིན་བྱེད་ཀྱི་འདུག་པས་སྤྲལ་  
 ཆ་གསལ་གྱིས་ལས་པ་ཇོ་སྤྲོས་གསུངས། རྒྱལ་མ་ར་སོང་བ་ལ་སྤྲལ་ཆ་གསལ་གྱིས་ཅི་ལ་པན་ལྷུས་



ང་རང་ལ་སྤུལ་ཆར་བ་ལ་ད་ཁྱོད་གང་དུ་འགྲོ་བ་ཡིན། ཅན་ཏར་མ་སོང་ན་ང་རང་དབང་བའི་  
 ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་དུ་མ་བྱ་བ་རྒྱུར་གཏུགས་ཀྱང་ང་རང་དབང་ཆེ་མོད། ཅིས་ཀྱང་ཁྱོད་ཐོན་  
 འགྲོ་ན། ངའི་ནང་ནས་སྤྲེའུར་བའི་རྒྱུ་མཚན་ཤོད་གསུངས། བསྐྱེལ་ཞིང་བརྟུངས། སྤྲེ་  
 འཕྲོགས་ཏེ་ནང་དུ་བསྐྱེལ་སོང་བ་དང་། སེམས་པམ་པ་ལ་ཚད་མེད་པ་བྱག་ཅིག་ཏུ་ཤིབ་འེེ་  
 མ་ལྟ་བུ་བྱུང་རུང་། ལུམ་དང་གྲོས་ཡོད་པ་དང་། ལྷ་མ་ཟེལ་ཆེ་བས་ཟེལ་མ་བཟོད་པར་ནང་དུ་  
 འོག་ནས་དུ་ཞིང་བསྐྱད་པས། ལུམ་གྱི་ཞལ་ནས་རེ་ཞིག་ཐབས་ཅི་བྱས་རུང་། ལྷ་མས་ཁྱོད་  
 ལ་ཆོས་མི་གནང་བར་འདུག་སྟེ། འོན་ཀྱང་ཁྱམ་ཞིག་གནང་བ་ཞིག་ཅིས་ཀྱང་འོང་། དེ་བར་  
 ལངས་གཅིག་བྱག་སུངས། རྗེ་ཕག་མོའི་སྒྲོམ་ཐབས་ཤིག་གནང་བས་ཀྱང་། ཉམས་ཁྱོད་  
 མ་སྐྱེས་རུང་སེམས་ལ་ཤིན་ཏུ་པན་པ་དང་ཟིང་ཐུང་བར་བྱུང་སྟེ། ལུམ་རང་གི་སྤྱི་འཛིན་བསལ་བ་  
 དང་། ལྷ་མའི་ལུམ་ཡིན་པས་སྤྲིག་པ་འདག་བསམ། གནང་རྒྱུ་དབྱུར་ལུམ་བ་འཛོལ་འཛོལ་  
 སྟེགས། གོ་བར་ཡོས་རྗེད་པའི་རྗེད་སྟེགས་རྒྱུ་མཛད་ཅིང་ཞབས་ཏོག་བསྐྱབས།

དེའི་ཆོངས་པར་སྒྲུལ་གཞན་འཆོལ་དུ་འགྱོད་གོས་སྒྲུལ་པ་ལ། བསམ་མཐོ་ལགས་  
པར་བཏང་བས། ཚོག་ཅིག་ལུས་གཅིག་ལ་སངས་རྒྱ་བའི་གདམས་ངག་སྒྲུལ་འདི་མིན་པ་  
གཞན་ལ་མེད་པར་ཐག་ཆོད་འདུག། དེ་ལ་ནས་ངས་རྒྱས་མཐོབ་ནངས་སྤྱི་མ་ངན་སོང་དུ་སྐྱེ་  
བའི་ལས་བསགས་ཚར་ཡོད་པས། ཚོས་སྤྱིར་རྒྱ་རོལ་འདི་དག་འབཅམ་སྤྱད་ནས། སྒྲུལ་འདི་  
ཅི་མཉེས་ཞིག་གིས་གདམས་ངག་ཐོབ་པར་བྱས་ལ། བསྐྱོམས་ནས་ཆོའདིར་སངས་རྒྱས་ཐོབ་  
པ་ཞིག་བྱེད་དགོས་སྒྲུལ་ནས། ཡང་སངས་རྒྱས་ནས་བྱུངས་པ་དང་བཅན་འང་གི་ཞལ་བའི་འཕྲོ་  
བྱེད་ཅིང་ཡོད་པའི་ཆོ། གཞུང་གི་རྩོག་སྟོན་ཆོས་རྩོམ་འཕྲོར་དང་བཅས་པ་འབུལ་བ་མང་པོ་  
ཁྱེད་ཉེ་དགེས་པ་རྗེ་མེད་པའི་ཆོ་ཁྱེད་བྱུང་བས། ཡུམ་གྱི་ཞལ་ནས། ཡལ་མ་ཁར་ལས་གྱི་  
ཞབས་ཏོག་འདི་ཅམ་གྱིས་མི་ཆོག་པར་ནོར་རང་ལ་དགེས་ན། དེ་ལ་ན་འབུལ་བ་ལུལ་

ཏེ། དབང་ཐོབ་རང་ཐོབ་པ་ཞིག་བྱེད་པས། འདི་ཕུལ་ལ་སྟོན་ལ་ཁྱེད་རང་གིས་ལུས་  
 ཤིག་མ་གནང་ནངས་ལྷ་ཡིས་གསུངས། ཡུམ་རང་གི་ཕག་ནོར་གྱི་གཡུ་དྲུག་དམར་ཆེ་ལ་  
 ལེགས་པ་ཞིག་གནང་བ་དེ་ཕུལ་ནས། ད་ལན་གྱི་དབང་འདི་བདག་ལ་འང་ཅིས་ཀྱང་གནང་བར་  
 ལུ་ལུས་ཏེ། དབང་གལ་ལ་བསྐྱད་པས། གཡུ་སྟོན་ཅིང་གཟིགས་ནས། མཐུ་ཆེན་ལ་འདི་  
 གང་ནས་བྱུང་། བདག་ལ་ཡུམ་གྱིས་གནང་བ་ལགས་ལུས་པས་ཞལ་འཇུག་མཛེད་  
 དེ། བདག་མེད་མ་ཐོས་ཤོག་གསུངས། ཡུམ་སྐྱབ་དངས་པས། བདག་མེད་མའི་སྟོན་ལ་  
 གཡུ་འདི་གནས་བྱུང་གསུང་བ་ལ། དེར་ཡུམ་གྱིས་ཕྱག་མང་པོ་ཕུལ་ནས། གཡུ་འདི་ལ་  
 ཡབ་གྱི་ཐེ་རེག་ཡེ་མེད་ལགས། འདི་དང་པོ་ང་པ་མས་ཡབ་གྱི་དྲུང་དུ་ཆོང་བའི་ཆོ། གླམ་  
 ཡང་ཐུགས་གདུམ་མེ་བ་ཞིག་ཡོད་པར་འདུག་པས། གལ་ཏེ་བཟའ་ཆོ་བྱེད་ལ་མོང་ན་  
 དགོས་པས་འདི་སྲུ་ལ་འང་མ་སྟོན་པར་ཚགས་གྱིས་ཤིག་ཟེར། བདག་རང་གི་ཕག་ནོར་དུ་  
 གནང་བ་ལགས་ནའང་། ད་བྱུ་འདི་སྟིང་རྩེ་དྲགས་མ་བཟོད་པར་བྱིན་པ་ལགས་པས། གཡུ་  
 འདི་ཡབ་བཞེས་ལ་མཐུ་ཆེན་ལ་དབང་བསྐྱར་ཐུགས་རྩེས་འཛིན་པར་ལྟ། སྲུ་དབང་གལ་ནས་  
 བཏོན་པའི་ཡི་ཆད་མང་པོ་རང་ཁྱེད་བས་ད་ལན་གླམ་རྩོག་པ་འཁོར་བཅས་གྱིས་ཀྱང་བའི་ལུ་བ་  
 འབུལ་གྲོགས་མཛོད་ཅིག་གསུངས། ཕྱག་མང་དུ་ཕུལ་བས། གླམ་ཐུགས་གདུམ་པའི་  
 སྐབས་གྱིས་རྩོག་པ་འཁོར་བཅས་གྱིས་ཀྱང་ལུ་བ་གཞན་འབུལ་མ་ལུས་པར་དེ་ལྟར་ལགས་པེ་  
 ཞེས་ཡུམ་དང་མཉམ་པོར་ཕྱག་ཕུལ་བས། གླམ་འཛིན་ལ་ནས། བདག་མེད་མའི་བྱེད་ལུགས་  
 གྱིས་གཡུ་བཟང་པོ་མི་ལ་ཤོར་ཆོད་ཆོད་པ་བྱུང་འདུག་གསུངས། གཡུ་མགལ་དུ་བཞེས་ནས་  
 བདག་མེད་མ་ཁྱེད་བས་མ་མོམ་རྒྱུང་། ཁྱེད་རང་རིལ་པོ་ང་དབང་ན། གཡུ་ང་ཡི་དབང་  
 ཡིན་མོད། མཐུ་ཆེན་ཁྱེད་རང་ལ་ནོར་ཡོད་ན་ཁྱེར་ཤོག་དབང་བསྐྱར་གྱིས། གཡུ་ང་རང་གི་  
 ཡིན་པར་འདུག་གསུང་རུང་། ཡུམ་གྱིས་གཡུ་ཕུལ་བའི་ཡུས་གྱིས་ད་དུང་ལུ་བ་འོང་ངམ་སྟེ་  
 བསྐྱད་པས། གླམ་ཐུགས་ཁྲོས་ནས་ཉར་གྱིས་བཞེངས་ཏེ། ཐོན་བྱས་རུང་མི་འགོ་བའི་ཁྱེད་



གྲིཡུས་ཅི་ཡོད་པ་གསུངས། འབྲུབ་དུ་མ་སྒྲིམ་པ་འདྲ་བཞིག་བཅད་པས། གན་རྒྱལ་དུ་མ་  
 ལངས་པ་འདྲ་བཞིག་བཅད་པས་ནས་ཕྱག་དབྱུག་བཞེས་བྱུང་བ། རྟོག་གིས་བཟུང་བའི་བར་ལ་  
 འཛིགས་དྲགས་རྒྱུ་མཐོངས་ཤིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་མཛོངས་ཕྱིན་པས། གླུ་མ་རང་ཡང་ཐུགས་  
 ལས་བྱུང་རུང་ཐུགས་རྒྱལ་བཞེངས་པ་ལྟར་མཛོད་འདུག ང་ལ་ཅི་ཡང་མ་བྱུང་སྟེ། ཐུག་  
 དྲགས་ལྟེབ་དགོས་སྒྲུམ་ཡོད་པའི་ཆེ། ཡུམ་ཡང་སྒྱུན་ཆབ་འདོན་ཞིང་བྱུང་ནས། མཐུ་ཆེན་  
 སེམས་སྤྱག་པོ་མ་བྱེད་ཅིག བྱོང་བས་ཤུའ་བ་དང་སྤྱིང་ཉེ་བའི་སྒྲོ་བ་མ་མི་འོང་བས། གླུ་མ་  
 གཞན་ལ་ཆོས་ལུ་རུང་ངས་མཛལ་བའི་མཐུན་རྒྱུས་ནས་ཆོས་རྒྱགས་དང་འབྲུལ་བ་ཡང་སྤྱིན་  
 གྲིས་གསུང་སེམས་གསོ་མཛོད། སྲུ་ཡིན་ན་ཆོག་སེམས་འཁོར་ཅི་བྱེད་གྲིག་ལ་ལ་ཡུམ་བཞུགས་  
 དགོས་པ་ལ། དེའི་ལུ་མོ་ང་མཚན་ལ་ལ་དུ་བའི་རྒྱལ་བ་ཤུམས་ཤིང་བཞུགས། བླངས་པར་  
 ང་ལ་གླུ་མའི་དྲུང་དུ་ཤོག་གསུངས། ཆོས་གནང་བ་ཡིན་ན་སྒྲུམ་ཕྱིན་པས། མདང་ངས་  
 བྱོང་ལ་དབང་མ་བསྐྱར་བ་ལ་མ་དགའ་བ་དང་ལོག་ལྟ་མ་བྱུང་ངམ་གསུངས། གླུ་མ་ལ་དང་  
 ལོག་དགའ་བྱུང་ལགས་ཏེ། བདག་རང་ལས་སྤྱིག་སྤྱིབ་ཆེ་བས་ལན་སྒྲུམ་སྤྱག་པོ་རང་བྱུང་  
 ལགས་ལུས་ནས་དུས་པས། ང་ལ་དུ་མ་ཤགས་བྱེད་པའི་ཡུས་རང་ཅི་ཡོད་ཕྱིར་སོང་  
 གསུངས། ཕྱིར་ཐོན་ཕྱིན་ཏེ། སྤྱིང་རྒྱུང་ལང་བ་ལྟ་བུའི་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་ངང་ནས་བསམ་སྒྲོ་  
 ལ། ང་སྤྱིག་བྱེད་དུས་རྒྱགས་ཡོན་འབྱོར་ནས། ཆོས་བྱེད་དུས་ནོར་ཅི་ཡང་མེད་པ་འདི་འདྲ་  
 བྱུང་། སྤྱིག་བྱེད་དུས་གྲིག་སེར་དེའི་བྱེད་ཙམ་ཞིག་ཡོད་ན་འད་དབང་དང་གདམས་དག་ཐོབ་  
 པར་འདུག་སྟེ། ད་གླུ་མ་འདི་ས་ནི་འབྲུལ་བ་མེད་པར་གདམས་དག་མི་གནང་བར་  
 འདུག གཞན་དུ་ཕྱིན་རུང་འབྲུལ་མི་དགོས་པ་ནི་མི་འོང་། རོར་མེད་པས་ཆོས་ནི་མི་ཐོབ་པར་  
 འདུག ཆོས་མེད་གྲིམ་ལུས་སྤྱིག་གསོག་པ་ལས་ནི་ལྟེབ་པ་དགའ། ད་ཅི་དྲག་ན་ཅི་དྲག་ན་  
 སྒྲུམ་པ་ལ། ཡང་ཐུག་པོ་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་གཡོག་བྱས་པའི་རྒྱལ་བ་སོགས་ནས་ཆོས་ལུ་བའི་

སྐྱགས་ཡོན་འདྲ་འབྱོར་རམ། ཡངན་ལས་ངན་པོས་མཐུབ་ཏུ་ཡོད་པས་ཡུལ་དུ་བྱིན་ཅུང་  
 ཚོགས་པར་འདུག། ཇམ་ཡང་ཕྱད་པས་དགའ་འོང་། ཝེ་ལུགས་པའང་སྲིད། གང་ལྟར་ནའང་  
 ཚོས་འཚོལ་བའམ་ཝེར་འཚོལ་བ་གང་ཅུང་ཞིག་ལ་འགྲོ་དགོས་པར་འདུག། སྐྱ་མའི་བྱེ་བྱེར་  
 ཅུང་ཐུགས་ཁྲེལ་ལས་མི་འོང་སྟམ། ང་རང་གི་དཔེ་ཆ་རྣམས་ཁྱེར་ཏེ། ཡུམ་ལ་ཡང་མ་ལུས་  
 པར་ཐོན་བྱིན་པས། ལམ་བར་ལ་ཡུམ་གྱི་བཀའ་འདྲི་ནང་ནན་པས་ཤིན་ཏུ་འཕྱིང་བ་ཞིག་བྱུང་། གྲོ་  
 པོ་ལུང་ནས་ཚེ་ལམ་རྒྱུད་པ་ཞིག་གིས་ར་སླེབས་པ་དང་ལྟོ་རན་ཏེ། དང་པོར་བྱེ་བསྐྱངས། དེ་  
 བས་སྟོན་སྟུང་གཡམ། རྒྱུ་མེ་ཤིང་རྣམས་བསོགས་ནས་ལྟོ་གཡོས་ཏེ་ཐོས་པས། ཉི་མ་བྱེད་  
 ཡོལ་སོང་། དེར་བསམ་པ་ལ། ངས་ལས་བྱས་པ་རྣམས་གྱི་བྱེད་ཅུ་སྐྱ་མའི་ཞབས་ཏྲིག་ཏུ་  
 སོང་ཅུང་། བྱེད་ཅུ་ང་རང་གི་ལྟོ་རིན་དུ་འདུག། དན་ངས་གྱི་ལྟོ་རིན་མ་གཅིག་པོ་འདི་འདྲི་དཀའ་  
 ལས་འདི་ལ། ཡུམ་གྱིས་ལྟོ་གཡོས་གཡོས་པ་བྱན་དང་བཅས་པ་ཁ་ཚར་རིང་བ་རྒྱུན་དུ་གནང་  
 བ་ཡིན་པ་ལ། དན་ངས་ངས་ཡུམ་ལ་ཁམས་བདེ་ཞིག་ལུས་མི་འོང་བ་དེ་ང་མི་ངན་པར་  
 འདུག། དདུང་ལོག་གམ་སྟམ་ནའང་། ལོག་འགྲོ་རང་མ་སྟོབས། སྟོན་སྟུང་རྣམས་སྟོན་དུ་  
 བྱིན་པས། མི་རྒན་ཞིག་ན་མེ། མི་གཞོན་ལས་འོང་འོང་འདྲ་མོ་འདུག་པ་ལ། སྟོང་བ་ལས་  
 རབ་གྲོག་ཤེས་ན་ཚོས་ཐོན། མི་ཤེས་ན་གཡོག་བྱས་ནའང་ལྟོ་གོས་གཉིས་ཀ་འོང་། ཁྱོད་  
 གྱིས་གྲོག་ཤེས་སམ་ཟེར་བ་ལ། ང་རྒྱུན་དུ་སྟོང་བ་ཞིག་མིན། གྲོག་ཤེས་བྱས་པས། དེ་ཀ་  
 ཅུ་ཀ་གཤམ། འོན་ཞག་འགའ་འདི་གྲོག་ཐོན་ཡོན་དམར་པོ་སྟེར་ཟེར་བས་དགའ་སྟེ། ཅུང་  
 བྱས་བསྐྱད་ནས་བརྒྱུད་སྟོང་པ་བཀྲུགས་པས། ཏྲག་ཏུ་དུའི་རྣམ་ཐར་མཐོང་སྟེ། ཝེ་མེད་  
 མཉམ་པོ་ལ་ཁོང་གིས་ཚོས་བྱིར་དུ་ལུས་སྟོག་སྟོས་གཏོང་ལུས་འདུག་སྟེ། སྟོང་བ་ཏོན་ན་འཚི་  
 བ་ལས་འོས་མེད། སྟོང་ཡང་འཚོང་བ་ལ་ཐག་བཅད་འདུག། འདི་འདྲི་ཕྱིས་བཏང་ན་ངས་ཚོས་  
 བྱིར་དུ་དཀའ་བ་ཡེ་མ་སྟུང་པར་འདུག། སྐྱ་མས་ཚོས་གནང་བའང་སྲིད། མ་གནང་ཅུང་ཡུམ་

གྲིས་སྒྲུལ་གཞན་དང་སྤྱོད་པའི་ཞལ་བཞེས་བཟང་པོ་ཡང་ཡོད་སྟེ་སྒྲུལ་ལོག་འགྲོ་བའི་སྤྱོད་ས་པ་  
ཞིག་སྤྱེས་ཏེ། ལོག་ནས་ཕྱིན།

ད་ཐོན་པ་དང་ཡུམ་གྲིས་སྒྲུལ་ལ། ཡབ་གྲིས་མ་ཐུབ་པའི་དགྲ་དེ་ཐོན་ནས་མི་  
གདའོ། ཐུགས་བདེ་ལགས་སམ་ཞུས་པས། ཐུགས་སྤྲུངས། འོན་དགྲ་མི་ཤ་བོ་ཐོན་པ་ལྟར་  
ཡབ་གྲིས་སྤྱག་གཏོང་བ་དེ་མཐུ་ཆེན་མིན་ལགས་སམ་ཞུས་པས། ཞལ་རས་ནག་ལོག་མཛོད་  
ནས་སྤྱན་ཆབ་ཉིལ་བྱུང་སྟེ། བཀའ་བརྒྱུད་སྒྲུལ། མཁའ་འགྲོ། ཆོས་སྦྱོང་། དེ་སྐལ་  
ལྷན་གྱི་བྱ་ཁུག་ཤོག་ཅིག་གསུངས། དབྱ་གཏུ་མས་ཏེ་བཞུགས་པར་གདའ།

དེར་དུམ་གྲིས་དུ་སྤྱོད་པས། ཐུགས་སྤྲུལ་བས། ཡུམ་ཤིན་ཏུ་དཀྲོས་ནས་དེ་ཀའི་ས་  
དག་དཀྲོད་ལ་སྒྲུལ་ས་ཆོས་ཤིག་གནང་བ་འདྲ། དས་ཁྱོད་ཐོན་འདུག་ཞུས་པས། དེ་  
སྐལ་ལྷན་གྱི་བྱ་ཁུག་ཤོག་གསུངས། སྤྱན་ཆབ་བསིལ་ཞིང་འདུག་ ཁྱོད་སྒྲུལ་འཕྲུགས་ཇེས་  
བཀུག་པ་འདྲ་གསུངས། དེ་བས་མཁའ་པ་ལ་དེ་ཡུམ་གྲིས་དཔེ་སེམས་གསོ་བ་ཡིན། དེས་  
པར་བདེན་ནས་སྤྱན་ཆབ་འདོན་པ་དང་། སྐལ་ལྷན་གསུང་བ་ཡིན་ན་དགའ་འཆོང་སྟེ། དེ་མིན་  
ཁུག་ཤོག་གསུང་བ་དང་། དབང་དང་གདམས་དག་མི་གནང་ལུགས་གྲིས་སྐལ་ལྷན་མིན་ཆར་  
འདུག་པས། གཞན་དུ་འགྲོ་ས་ཡང་མེད། འདིར་ཆོས་ཀྱང་མི་ཐོབ་པའི་སྤྱག་པོ་འོང་རམ་  
སྟེ་པ་བྱུང་། དེར་ཡུམ་གྲིས་མཐུ་ཆེན་གྲིས་འོ་ཅག་སྒྲོས་མ་ཐོངས་པར་ལོག་བྱུང་། ཐུག་  
འབྲུལ་དུ་འོངས་པས་ཆོག་ལགས་སམ་ཞུས་པས། འོ་ཅག་སྒྲོས་མ་ཐོངས་པ་མིན། ཁོ་རང་  
སྒྲོས་མ་ཐོངས་པ་ཡིན། ཐུག་འཆོལ་དུ་ཐོངས་ན་འདོངས་གསུངས་། ཐུག་འབྲུལ་ལ་ཕྱིན་  
པས། སྒྲུལ་འཕྲུགས་ལ། མཐུ་ཆེན་ཆབ་ཆོབ་དང་སྒྲོ་མ་མང་བར་སྤྱིང་ནས་ཆོས་འདོད་པ་ཡིན་  
ན། ཆོས་ཕྱིར་སྤྱོད་ཀྱང་གཏོང་དགོས་པས། མཁའ་ལ་ད་ཐོག་གསུམ་ཁོ་ལ། དེ་ནས་  
གདམས་དག་སྟེར། དེ་མིན་དཔེ་སྤྱོད་ཐོན་པ་མིན་པ་མེད་ཁྱོད་རང་ལ་འགྲོ་ས་ཡོད་པར་འདུག་  
པས་སོང་གསུངས་པས། ལན་ཞུ་ཞུས་པར་ཕྱིར་ཐོན་འོངས་ཏེ། ཡུམ་ལ་དཀའ་མ་ཡང་དྲན་

པོ་རང་གཤད། སྤྲུམ་ས་ཆོས་ཀྱང་མི་གནང་བར་གཤད། མ་ཁར་ལས་ཀྱི་འཕྲོ་ཆར་ནས་ཆོས་  
གནང་ན་བསྐྱད་ཅིན་ཆོག་པ་གཤད་འཕྲེ། མ་ཁར་ལས་ཆར་རྟིང་ཡང་ཆོས་མི་གནང་བའི་སྐྱད་ཅི་  
མཛད་ཁུངས་མི་གཤད་པས། བདག་ཡུལ་དུ་འགྲོ་བར་ཞུ། ཡབ་ཡུམ་སྐྱུ་ཁམས་བཟང་བར་  
སྦྱོན་ལམ་འདེབས་བྱས། དུག་ཕུལ་ཏེ་དཔེ་ཆ་ཁྱེར་ནས་འོང་བྱ་བས་བྱས་པས། ཡུམ་གྱི་ཞལ་  
ནས་བྱ་བ་དེན། ངས་དང་པོ་ཁས་སྤངས་པ་ལྟར། སྤྲུམ་རང་གི་བྱ་ཆེན་ཡང་ཡིན། གཤམས་  
ངག་ཀྱང་ཡོད་པའི་རྩོག་སྟོན་ལས་ཆོས་ཐོབ་པའི་ཐབས་ཤིག་བྱའོ། དེ་ཞིག་སྔོན་ལ་ལས་བྱེད་  
པ་ལྟར་གྱིས་ཤིག་གསུངས། དེར་དགའ་བྲགས་ལས་བྱེད་ཅིང་བསྐྱད།

པམ་ཆེན་རྒྱ་རོ་པ་དེ་ཆོས་བརྩུ་ལ་ཆོག་ས་གཏོར་གྱི་མཆོད་པ་རྒྱ་ཆེན་མཛད་གྱིན་ཡོད་  
འདུག་པས། དེའི་སྟོབས་ཀྱིས་མར་པ་ཡང་ཆོས་བརྩུ་མཛད་ཅིང་འདུག། དེ་དུས་ཡུམ་གྱིས་  
ནས་ཁལ་རེ་ཡོད་པའི་ཆང་ཆོད་ཆེན་པོ་གསུམ་བཅོས་པ་ལ། གར་སྐྱེ་འབྲིང་གསུམ་དུ་བྱས་  
ནས། ཡང་ལ་ཡང་བསིངས་བྱས་པའི་ཕྱད་གར་མ་དེ། ཡུམ་གྱིས་ཟླ་བ་རྣམས་སྤྲུམ་ལ་ཡང་  
ཡང་བཏུད་ནས་འབྲེན་དུ་བཅུག། ཡུམ་དང་ངས་ཀྱང་ཡང་ཡང་བྲངས། འབྲིང་པོ་ཟླ་བ་རྣམས་  
གྱིས་གསོ་ལ། སྤྲུམ་བཞུགས་ཡུམ་གྱིས་ཞལ་རེ་ག་བ་རེ་མཛད་ནས་མང་པོ་མི་གསོ་ལ་བར་  
འདུག། ངས་ཀྱང་ཡུམ་བཞིན་བྱས་པས་མ་བཟི། ཟླ་བ་རྣམས་ཀྱང་བདེ་འདུག། སྤྲུམ་ནི་ཕྱད་  
བདེ་ལ་བ་དང་། ལུ་མ་ཁན་མང་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཤིན་ཏུ་བདེ་ནས་མཉམ་ལ་འཐུག་པོར་སོང་བའི་  
ཆོ། ཡུམ་གྱིས་གཟིམས་ཁང་ནས་སྤྲུམ་འེམ་ཏུགས། རྒྱ་རོའི་སྐྱ་རྒྱུ། ཐུགས་དམ་པ་སྤྲུ་  
རྒྱ་ག་རྣམས་སྤངས་ཏེ། སྤྲུམ་འེམ་ཏེ་ཤོག་ལྟར་བྱས་པའི་ཡི་གེ་ཡུམ་གྱིས་སྤར་ནས་མཛད་  
མཛད་པ་ཞིག་འདུག་པ་དེ་ལ་ཐུག་ཏུགས་སྦྱོན་རྒྱུ་བྱས་ཏེ། རྟེན་རྣམས་ན་བཟང་བཟང་པོས་  
དི་ལ། ལ་ཅའི་དམ་ཁས་མཉན་ནས་ང་ལ་གནང་སྟེ། ཡུམ་གྱི་ཞལ་ནས། འདི་རྣམས་སྤྲུ་  
མས་བསྐྱར་བ་ལྟར་གྱིས་ལ། སྤྲུམ་རྩོག་པའི་བྱེད་དུ་ཕུལ་ལ་ཆོས་ལུས་ཤིག་གསུང་ངག་ལུང་  
དུ་བཟངས་ཏེ། ད་སྤྲུམ་རྩོག་པ་ལ་སྟོག་ཏད་ནས་སྟེན།

དེན་ས་ཞག་གཉིས་ཅམ་སོང་བ་དང་། ཡུམ་ལ་སྒྲུ་མའི་ཞལ་ནས། ད་ལྟ་མཐུ་ཆེན་  
ལས་ཅི་བྱེད་ཅིང་འདུག་གསུང་བ་ལ། ཁོ་འགྲོ་ཞིང་ཡོད་འོང་། དེ་མིན་བདག་ལ་རྒྱུས་མེད་  
ལུས་པས། གར་སོང་གསུངས། ཁོ་མ་ཁར་ལས་འདི་ཅམ་ཞིག་བྱས་ཀྱང་ཆོས་མི་གནང་བའི་  
ཁར་བཀའ་བཏུན་དང་ཕྱག་འབེབས་མང་བར་བྱུང་བས། ད་སྐྱམ་མ་ཞན་དུ་འཆོལ་དུ་འགྲོ་བེར་  
ཆས་པ་ལ། ཡབ་ལ་ལུས་ཀྱང་ནི་ཕྱགས་ཅིས་མི་འདུག་པ་དང་། ཡང་ཕྱག་འབེབས་བྱས་  
སྒྲིང་རྒྱུ་བ་ལས་མི་འོང་སྐྱེ་ནས་མ་ལུས། ངས་ནི་ལཔོ་ལ་ཅི་བཏབ་ཀྱང་མ་ཐེབས་པར་སོང་  
ལུས་པས། ཞལ་རས་ནག་ཐིང་བ་ཞིག་མཛེད་ནས་ཅི་ཅམ་ལ་སོང་གསུངས། ཁས་ང་སོང་  
ལུས་པས། དར་ཅིག་དགོངས་པ་ལ་བཞུགས་པའི་མཐར། ད་ལན་ངའི་བྱ་དེ་ཐག་རིང་ཞིག་ཏུ་  
མ་སོང་བར་འདུག་གསུངས།

དེར་དག་ལུང་གི་རི་བོ་ཁྱུང་སྤྱང་དུ་སྒྲེབས་ཏེ། སྒྲུ་མ་རྒྱུ་པས་ཁྱུ་པ་མང་པོ་ལ་བརྟུག་  
གཉིས་འཆད་ཅིང་འདུག་པ་ལ། ཆོས་མཆོམས། འཆད་པ་སོང་ཆོས་ཀྱང་དང་། རང་གི་  
ཆོགས་ལྟན་ཉན་པ་དང་། འཛིག་རྟེན་སྟོན་པ་བསྐྱབ་བྱང་། འཛིག་རྟེན་འཛིག་རྟེན་འདས་པ་  
དེ། ལྟན་ཅིག་སྒྲེས་དགའི་རང་བཞིན་དང་། ཞེས་བྱ་བ་གསུང་བའི་སྐབས་སུ། ངས་ཀྱང་  
རྒྱུང་ནས་ཕྱག་བཅོལ་བས། སྒྲུ་མས་དབུ་ལྷ་སྤྱད་ནས་ཕྱག་ལན་མཛེད་ཅིང་། སྒྲུ་མ་ར་པའི་  
སྒོ་བ་བརྒྱུད་ཀྱི་ཕྱག་འཆོལ་ལུགས་སུ་འདུག་ ཆོས་མཆོམས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་ཡང་འཁོར་ཏུ་ལེགས་  
ཏེ། ཁོང་རང་ཆོས་ཀྱན་གྱི་བདག་སོང་འོང་བར་འདུག་པས། སུ་ཡིན་དྲིས་ཤོག་  
གསུང་། ཁྱུ་པ་ཞིག་ངའི་སར་བྱུང་བས་ངོ་ཤེས་ཏེ། བྱེད་འདིར་གང་ལ་བྱོན་ཟེར་བ་  
ལ། ངས་སྒྲུ་མ་མར་པ་ཕྱགས་བྲེལ་ཆེས་ནས་ངག་ཅིག་སུ་ལ་ཆོས་གསུང་སྐབས་མ་བྱུང་  
བས། འདིར་ཆོས་ལུ་འོངས་པ་ཡིན། དེའི་ཕྱག་རྟགས་སུ་རྒྱ་རིའི་སྐྱ་རྒྱུན། ཕྱགས་དམ་  
པ་སྒྲུ་ག་རྒྱུ་མས་གནང་ཡོད་བྱས་པས། ཁྱུ་པ་དེས་སྒྲུ་མའི་བྱུང་དུ། ཨ་པོ་མཐུ་ཆེན་ཡིན་པར་



ཡང་འགྲོ་ཞིང་ཆོས་ཀྱང་མི་ཐོབ་པར་འདུག་པས། སེར་བ་མི་གཏོང་ཐབས་མི་འདུག་  
སྟུང་། རྣམ་བསགས་སྤྲུགས་ཀྱིས་བྱབས་པའི་བྱམ་ཁྱེད་ནས་ཡུལ་དེར་ཕྱིན་ཏེ། ལས་ལ་སྦྱར་  
ནས་སེར་བ་འབབ་ཏུ་ཆ་བ་དང་། ཡས་པོར་ཆུན་མོ་ཞིག་གི་ནང་དུ་གནས་གཡར་ཏེ་ཆར་ཡིབ་  
བྱས་པས། སྒྲོག་འབྲུག་ འབྲུག་ལྗེར། སྤྱིན་ནག་འདུས་ཏེ་སེར་བའི་མགོ་རེ་གཉིས་  
གཉིས་བྱུང་བ་དང་། ཆུན་མོས་ལོ་སེར་བས་བརྟུངས་ཏིང་ངས་གང་ཟེའི་དུ་ཞིང་འདུག་  
པས། དས་སྤྱི་གཅིག་རང་བསགས་སྟུང་། གནས་མོ་ཞིང་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡོད་པ་སྦྱར་དུ་རི་མོར་  
བྲིས་དང་བྱས་པས། ཡོད་དག་འདི་འདྲ་ཡོད་དེ་ཟེར། སྤྲུག་སྤྲུག་མ་ཆུ་རིང་ཞིག་བྲིས་བྱུང་  
བས། ལྟ་སྟངས་བྱས་སྤྲང་བཀའ་བས་མ་ཆུ་རི་རི་མོ་ཅུང་ཟད་ཅིག་མ་ཁེབས་དེ་སྤྲང་ཆུ་བཅིག་  
གིས་བསྐབས་སོང་། དེར་སེར་ཐག་ཆོད་ནས་བལྟར་ཕྱིན་པས། ཡུལ་གཉིས་ཀྱི་ལྷག་གི་རི་  
ཐམས་ཅད་སྒོག་པོར་བཏང་། ཞིང་ག་ཞན་ཐམས་ཅད་ནི་ལྷག་མེད་དུ་སོང་འདུག་པ་ལ། ཆུན་  
མོའི་ཞིང་མ་སྒྲོན་པ་སྦྱར་རུ་གཤེད་འདུག་ མ་ཆུ་སེར་བས་བརྟུངས་ཏིང་ཆུ་ལོག་གིས་མནན་ཏེ་  
འདུག་ ཞིང་དེ་ལ་ཕྱིས་ཀྱང་སེར་བ་ཅི་བྱུང་རུང་མི་འབབ་པས་མོ་ལ་སེར་བྲལ་མི་དགོས་  
ལ། ཆུ་ལོག་གིས་མནན་པའི་མ་ཆུ་ལ་སེར་བྲལ་དགོས་ཀྱིན་ཡོད་སྟེ། དེ་ནས་ང་ལོག་  
འོངས་པས། ལམ་དུ་ཕྱུགས་ལུག་རྣམས་ཆུ་ལོག་གིས་ཁྱེད་བའི་རྗེ་པོ་ཆུན་ཕྱིས་གཉིས་དང་  
ཕྱད་དེ། དེ་གཉིས་ལ་ང་ཡིན་ཏེ་སྤྲུག་རྒྱུ་ཤོག་པའི་ཐུ་རྣམས་མ་བཅོམ་ཞིག་ བཅོམ་ན་སེར་བ་  
འདི་འདྲ་རྟག་ཏུ་འཕེབས་སོ་བྱུང་བའི་ཕྱི་ཐན་བསྐྱར་བས། ཡུལ་དེ་གཉིས་ཀྱིས་གསུམ་པས་བརྟུང་  
དེ་ལོན་བདག་ཏུ་སྦྱར་པས་ཕྱིས་སྤྲུག་མའི་ཞབས་ཏིག་ཏུ་སོང་འདུག་ དེར་ངས་ཆོར་ཕུང་ཞིག་རང་  
གི་འོག་ནས་ཀྱང་བྱི་ཕྱི་འོ་མང་པོ་རྒྱུད་པ་དང་། ལམ་བར་ཀུན་ལ་བྱུང་བྱི་བའི་རོ་བྱུང་ཆོད་  
འབྱུ་ཞིང་འོངས་པས། ཆར་ཁེབས་ཀྱི་སྤྲང་ག་ལོགས་ཤིག་དང་ཐུབ་གང་བྱུང་བ། སྤྲུག་མའི་  
དུང་དུ་སྦྱར་སྟེ། སྤྲུག་རིན་པོ་ཆེ་དབང་གིས་འོངས་པ་དམ་པའི་ཆོས་ལ་འོངས་ནས་བྱུང་བ་

སྤྲིག་པའི་ལས་ལས་མ་བྱུང་བས། སྤྲིག་པོ་ཆེ་ལ་ཐུགས་རྗེས་གཟིགས་འཆོལ་ཞེས་ཞུས་ནས་  
 དུས་པས། སྤྲུམ་འཛིན་ལ་ནས། ཏམ་པོ་མཐུ་ཆེན་དེ་ཙམ་སྤྲུག་མི་དགོས། རང་རེ་རྒྱ་རེ་མི་ཉེ་  
 བརྒྱད་པ་ལ་སྤྲིག་པོ་ཆེ་བཅོན་ཐབས་སུ་སངས་རྒྱུ་བ། བྱ་བརྒྱ་ཁུར་རྟོག་ཅིག་གིས་འདྲེད་པའི་  
 གདམས་ངག་ཡོད་པ་ཡིན། ད་ལན་སེར་བས་བསད་ཆོད་གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མ་འོངས་  
 པའི་ཆོ། བྱེད་རང་མ་དོན་པར་རྟོགས་པར་སངས་རྒྱུས་པའི་ཞིང་དེར་འཁོར་གྱི་ཐོག་མར་སྐྱེ་བ་  
 ཡིན། དེ་བར་ལ་ངའི་མཐུས་ངན་སོང་དུ་མི་སྐྱེ་བས་དགའ་བར་གྱིས་ཤིག་ ཡིད་མི་ཆེས་ན་  
 འདི་ལྟར་ཡིན་གསུངས། དར་ཅིག་དགོངས་པ་ལ་བཞུགས་པའི་མཐར་སོགོ་ལ་ཞིག་གཏོགས་  
 པས། རོ་ཐམས་ཅད་སོས་ནས་ཉར་ལངས་ཏེ། ལྷན་ཅིག་དེ་ཉིད་ལ་གནམ་ལ་འཕུར་དགུ་དང་  
 ས་ལ་འཕྱུལ་དགུ་རྣམས་རང་རང་སོ་སོའི་གནས་སུ་སོང་བ་དང་། སྤྲུམ་སངས་རྒྱུས་དངོས་སུ་  
 མཐོང་སྟེ། རེ་རང་དགའ་ན་རེ་རང་དགའ་ན། ད་ལན་སེམས་ཅན་མང་པོ་རང་ཞིག་ཤིན་  
 འཆོང་སྟེ་སྤྲུམ་པ་བྱུང་། དེ་ནས་དགྲེས་པ་རྟོག་ཅིང་གྱི་ལ་འཁོར་དུ་དབང་བསྐྱུར། གདམས་  
 ངག་གནང་ནས། སྤྲུམ་འཛིན་གདམས་མཐོང་བའི་གྲོག་ལྷན་ལ་ལྟོར་ལྷ་བཞིག་ན་ཕུག་རོན་ཞིག་  
 འདུག་པ་དེ་གསོས་ཏེ་འདག་སྐྱུར་ལ་བསྐྱད་པའི་བྱ་གྲོམ། སྤྲུམ་སེམས་གནང་ཞིང་ཡོངས་  
 མེད་དུ་བསྐྱོམས་རུང་། མར་པའི་བཀས་མ་གྲོལ་བས་ཉམས་སྡོང་ཅི་ཡང་མ་སྐྱེས་པ་  
 ལ། ལན་ཞིག་སྤྲུམ་འཛིན་ལ་ནས། ཏམ་པོ་མཐུ་ཆེན། ཉགས་འདི་འདྲ་དང་འདི་འདྲ་བྱུང་རེ་  
 གསུངས། ཅི་ཡང་མ་བྱུང་ལགས་ཞུས་པས། ཅི་ཐེར་པའི་བརྒྱད་པ་འདི་ལ་དམ་ཆོག་གི་སེལ་  
 མེད་ན་ཉམས་རྟོགས་གྱི་ཡོན་ཏན་ལྷུ་ར་དུ་མི་སྐྱེ་བའི་མཐུ་མེད་པ་ཞིག་མིན་ཏེ། བྱེད་རང་ཞིང་ལ་  
 དད་ནས་འོངས་པ་ཡིན། སྤྲུམ་འཛིན་གདམས་མ་གྲོལ་ན་ཕུག་ཉགས་གནང་དོན་ཡང་མེད་ཅི་ཡིན་  
 བས། གང་ལྟར་ན་འད་སྤྲུམ་བསྐྱེད་ལ་སྐྱོམས་ཤིག་གསུངས་པས། འཇིགས་རྒྱུ་པ་  
 ཞིག་བྱུང་སྟེ། དངོས་སྤྲུང་ཞུའམ་སྤྲུམ་པ་ལ། ཞུ་རང་མ་སྐྱོབས་པར། སྤྲུམ་མར་པའི་  
 ཐུགས་ཐེན་པ་ཞིག་ཅིས་ཀྱང་དགོས་པ་འདུག་སྤྲུམ་པ་བྱུང་།



སྤྱིར་དུས་བསྐྱེད་ནས་སྒྲིམ་ཞིང་བཞུགས་པའི་ཆོ། གླུ་མ་མར་པས་སྤྲུམ་མཁར་གྱི་  
འཕྲོ་ཁོངས་ནས། རྩོག་པའི་སར་གསུང་ཡིག་བྱུང་བ་ལ། འདིར་དེད་གྱི་སྤྲུམ་མཁར་ལ་སྤོམ་  
བད་དགོས་པ་བྱུང་བས། བྱེད་གྱིས་དེ་ནས་སྤོམ་ཁུར་གྱི་འབྲུལ་བཅི་ལྷོགས་ཤིག་སྤོམ་ལ་ཁྱེར་  
ཤོག། སྤོམ་བད་དང་གནའི་ར་ཁེལ་བ་དང་། མཁར་གྱི་རབ་གནས། མདེ་སྤྱི་འབྲུམ་གྱི་ཆེ་  
འདོན་རྣམས་དུས་མཉམ་དུ་བྱེད་པ་ཡོད་པས། དེ་ལ་བྱེད་རང་ཡང་ཤོག། དེ་ན་དེད་གྱི་མི་རན་  
དེ་ཡོད་འདུག་པ། དེ་ཡང་དེ་དུས་ཁྱིད་ཤོག་གསུང་བཞིག་འདུག་པས། གླུ་མ་རྩོག་པའི་  
བྲུག་སྒྲོར་བྱེད་ནས་གསུང་ཡིག་བསྟན་ཏེ། དེད་ལ་ཕྱག་རྟགས་འདི་བཞིན་འདུག། མི་རན་དེ་  
ཡོད་འདུག་པ་གསུང་བྲུགས་གྱིས་གླུ་མའི་བཀས་རང་མ་གྲོལ་བ་འདྲ་གསུངས་པས། བདག་  
ལ་གླུ་མ་རང་གི་བཀའ་ལྟར་དངོས་ནི་མེད་ལགས་ཏེ། ཕྱག་རྟགས་རྟེན་དང་བཅས་པ་ཡུམ་གྱིས་  
གནང་ནས་འདིར་བཟངས་པ་ལགས་ཞུས་པས། ཨེ་ཨེ་དེས་ན་རང་གཉིས་གྱིས་དོན་མེད་གྱི་  
ལས་ཤིག་བྲུས་འདུག། གླུ་མའི་བཀས་མ་གྲོལ་ན་ཡོན་ཏན་མི་སྐྱེ་བ་ལས་འོས་མེད་དེ་བྱ་ཐབས་  
མེད། བྱེད་རང་ལ་ཤོག་གསུང་བ་འདུག་པས་འགྲོ་འམ་མི་འགྲོ་གསུངས་པས། ད་ལན་  
བདག་གྲུང་ཕྱག་སྤྱི་ལ་འགྲོ་བར་ཞུ་ཞུས་པས། འོན་སྤོམ་མ་རྣམས་བཟངས་ནས། དུས་ངེས་  
པ་ཅན་སྤྱི་གཏུ་སོང་ཡོད། དེ་བར་ལ་མཚམས་གྱིས་གསུངས།

དེ་ནས་དུས་སྤྱི་གཏུ་པའི་མི་དེ་འཁོར་ནས་ངའི་བྲུག་སྒྲོར་བྱུང་སྟེ། མཁར་གྱི་རབ་གནས་  
དང་། སྤྲུམ་གྱི་ཆེ་འདོན་བྱེད་ཚུལ་གྱི་སྐྱོང་མོ་རྣམས་ཞིབ་པར་བཤད་བྱུང་། ངའི་སྐྱོང་མོ་འདྲ་  
འདུག་གམ་བྲུས་པས། འདུག་ ཡུམ་གྱི་ཞལ་ནས་དེད་གྱི་མི་དེས་ཅི་བྱེད་ཅིང་འདུག་  
གསུངས། མཚམས་དམ་པོ་ལ་གདའ་ཞུས་པས། དེ་མིན་ཅི་བྱེད་ཅིང་འདུག་གསུངས། མི་  
མེད་ས་རང་ན་སྤྱི་བྱེད་གདའ་ཞུས་པས། ཁོའི་འདི་ལུས་པས་ལན། ཁོ་འདིར་སྤྱོད་ཆོ་འདི་  
རང་སྤྱོད་ཡིན་པས། འདི་སྤྱོད་ཅིག་གསུང་། འདི་གནང་བ་ཡིན་ཟེར། ཁོའི་སྤྱོད་གསུང་གྱི་







མ་རྟོག་པས་ཞེས་མོ་ཡང་སྒྲུངས་ཏེ་སྤྲུལ་ན་བཀའ་བྱུང་བའོ་ལ་ནས་གནང་དུ་རྒྱུང་ལགས་སམ་ཞུས་  
པས། ཁྱོད་རང་གིས་སྒྲུངས་ཏེ་སྤྲུལ་ན་རྒྱུང་གསུངས། དེར་མི་རྣམས་གྲེས་པའི་ནངས་པར་  
སྒྲུལ་རྟོག་པ་གཅིག་པུར་ཕྱོད་ནས། ར་མ་རྒྱུབ་ཏུ་བསྐྱམས་ཏེ་སྒྲུལ་ལ་ཕྱུལ་བས། སྒྲུལ་ལིན་  
ཏུ་དཔྱེས་ཏེ། གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་སྒྲོ་བམ་དམ་ཚིག་ཅན་བྱ་བ་ཁྱོད་འདྲ་བ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན། ར་  
མ་ཞིག་རང་གིས་དགོས་རྒྱུ་རྒྱུང་སྟེ། ཆོས་ཀྱི་ཆེ་བ་འདོན་པ་ལ་དགོས་པ་ཡིན་གསུངས་  
ནས། དབང་དང་གདམས་པ་ཁྱུང་པར་ཅན་མང་པོ་གནང་བར་ཞལ་གྱིས་བཞེས་ཏེ། ཕྱིས་  
གནང་ངོ་ །

དེ་ནས་ཐག་རིང་གི་ཁྱུ་པ་རྣམས་དང་། བར་མི་རྒྱུང་བསྐྱུས་འགའ་བས་གསན་ས། བྱ་  
དགའི་ཚོགས་མཆོད་ཅིག་བྱས་པའི་གྲུལ་དུ། སྒྲུལ་མར་པའི་སྐྱེའཁྲིས་སུ་མེད་ལྡེད་གི་དབྱུག་  
པ་རིང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་བཞག་ནས། སྒྲུལ་རྟོག་པ་ལ་སྐྱུན་འབྱུང་ཚུགས་སུ་གཟིགས་ཤིང་ཕྱག་  
སྒྲིགས་མཛུབ་ཏུ་མཛད་ནས། རྟོག་སྟོན་ཆོས་རྟོག་ཏེ། ཁྱོད་ཐོས་པ་དགའ་ཟེར་བའི་མི་རྣམས་འདི་  
ལ་དབང་བསྐྱུར་ནས་གདམས་པ་གཤམ་པའི་རྒྱུ་མཆོད་ཅི་ཡིན་གསུངས། སྐྱུན་དབྱུག་པ་ལ་  
ཅིག་ཅིག་འདུག་པ་དང་། སྒྲུལ་རྟོག་པ་སྐྱུག་སྟེ། ཕྱག་འབྲུལ་བའི་རང་ནས། སྒྲུལ་  
རིན་པོ་ཆེ་བདག་ལ་སྒྲུལ་རང་གིས་མཐུ་ཆེན་ལ་དབང་བསྐྱུར་གདམས་པ་གསྟོན་གསུང་བའི་  
ཕྱག་རྟགས། ལྷ་རྩེའི་སྐྱེ་རྒྱུན། ཐུགས་དམ་པ་སྒྲུ་ག་རྟེན་དང་བཅས་པ་གནང་བྱུང་བས་  
བཀའ་བསྐྱུབས་པ་ལགས། དེས་ན་བདག་ལ་གཞོང་འགྱོད་མེད་པས་བཀའ་བསྟོན་དང་ཐུགས་  
ཁྲེལ་མེད་པ་ཞིག་མཁྱེན་ཞུས་ནས་སྐྱུན་རིག་རིག་འདུག་པས། ཐུགས་ཁྲོས་པའི་ཕྱག་མཛུབ་དང་  
ལག་ཏུ་དེ། ཁྱོད་ལ་དེ་ལྟར་གདམས་བྱུང་གསུང་བས། ར་མི་སྒྲིང་ཐོན་འགོ་བ་ལྟ་བུའི་སྐྱུག་  
བསྐྱུལ་དང་། འཛིགས་སྐྱུག་སྐྱེད་མི་ཐོན་པ་ལྟ་བུ་བྱུང་སྟེ། འདར་བའི་སྐྱེད་གྱིས་བདག་ལ་  
ཡུམ་གྱིས་གནང་བ་ལགས་ཞུས་པས། ཏར་གྱིས་བཞེངས་ཏེ། མེད་ལྡེད་གི་དབྱུག་པ་འཕྱར་

ནས། ཡུམ་ལ་ཕྱག་འབེབས་སུ་ཆས་པ་ལས། ཡུམ་གྱིས་སྲ་སོན་ས་དགོངས་ཏེ། བཞེངས་  
ནས་ཕྱིར་རྒྱུང་བཞེད་དེ་བཞུགས་འདུག་པ། མཆོད་ཁང་ནང་དུ་བྱོས་ཏེ་སྒོ་བཅད་པས། གླུ་མ་  
སྒོ་ལ་ཕྱག་རྒྱ་དྲ་དྲ་བ་འགའ་མཛོད་པའི་མཐར། བཞུགས་གདན་གྱི་ཁར་བྱོན་ནས། རོག་  
སྒོན་ཆོས་རྡོར་ཟེར་བའི་མ་བཅོལ་བ་བྱེད་མ་ཁན་ཁྱོད་རང་། དཔེ་རྒྱ་རོའི་སྐྱེ་རྒྱུ་དང་ཐུགས་དམ་  
རྣམས་ད་ལྟ་རང་ལོངས་ཤོག་ཅིག་གསུང་དབུ་གཏུ་མས་ནས་བཞུགས་པ་ལ། དེ་མ་ཐག་གླུ་མ་  
རོག་པས་ཕྱག་ཕུལ་ནས་སྐྱེ་རྒྱུ་དང་ཐུགས་དམ་ལེན་པར་ཆས་ནས་ཕྱིར་བྱོན་བྱུང་བ། ད་ལང་  
ཡུམ་དང་དུས་མཉམ་དུ་ཕྱིར་བྱོས་ཏེ་བསམས་ཤིང་དུ་བྱོ་བ་ཞིག་བྱུང་ནས་ཕག་ཏུ་དུ་ཞིང་བསྐྱེད་  
པས་མཐོང་སྟེ། ཕྱག་ཕྱིར་འཁྲིད་པར་ཞུ་བ་ཕུལ་བས། གླུ་མའི་བཀའ་སྐྱོལ་བར་ངས་བྱེད་  
ཁྲིད་རུང་དུ་ལན་གྱི་འདི་དང་འདྲ་སྟེ། རང་རེ་གཉིས་ཀ་ལ་མི་དག་འབས་དུ་ལན་སྟོང་། ཕྱིས་  
ངས་པར་རྗེས་སུ་མི་འཛིན་ཞིང་བཀའ་སྐྱོལ་ན་ཕན་ཅི་ཐོགས་བྱེད་དོག་སུང་བ་ལ། འོན་བདག་  
སྡིག་སྒྲིབ་ཆོས་པའི་ཞོར་ལ་གླུ་མ་དང་ཡུམ་ལ་ཡང་འོ་བརྒྱལ་འདི་འདྲ་བྱུང་བས། དུ་ལན་གྱི་  
ལུས་འདི་ཆོས་མི་ཐོབ་པའི་ཁར་སྡིག་པ་ཆེ་ལ་མང་བག་སོག་པར་གདའ་བས་ལྟེ་བས་ནས་ཤི་  
སྟོང་། ཕྱི་མཆོས་ཐོབ་པའི་མི་ལུས་ཤིག་ཏུ་སྐྱེ་བར་ཐུགས་རྗེས་འཛིན་པར་ཞུ་བས་ལྟེ་བས་  
གྲ་བས་བྱས་པས། གླུ་མས་ང་བཟུང་སྟེ། སྐྱེན་ཆ་བཤེལ་ཞིང་། ཡམོ་མ་ཐུ་ཆེན་དེ་འདྲ་མ་  
བྱེད་ཅིག་ རྒྱལ་བའི་བཀའི་མཐར་ཐུག་གསུང་སྐྱགས་ཀྱི་ལུགས་ལ། རང་གི་ཕུང་པམས་སྐྱེ་  
མཆོད་ཐམས་ཅད་ལྟ་ལས་འདའ་ས་མེད་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན། དུས་ལ་མ་བབ་པར་འཕོ་བ་  
བྱས་རུང་ལྟ་བས་དཔེ་ཉེས་པ་ཡོད་ན། ལྟེ་བས་ན་དེ་བས་སྡིག་ཆེ་བ་ཅི་ཡོད། མདོ་ལུགས་  
ལ་འང་རང་སྟོག་རང་གིས་བཅད་པ་ལས་སྡིག་ཆེ་བ་མེད་པས་དེ་རྣམས་གོ་བར་གྱིས་ལ་ལྟེ་བ་  
པའི་བསམ་སྦྱོར་ཐོར་ཅིག་ ད་དུང་གླུ་མས་ཆོས་གནང་བའང་ཤིན། མ་གནང་རུང་གླུ་མ་  
གཞན་ལ་ཆོས་ཐོབ་པ་ཞིག་ངས་པར་འོང་ག་སུངས་ཞལ་ཏུ་གནང་བའི་བར་ལ། བྲུ་བ་གཞན་  
རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་། ང་ལ་ཐུགས་ཀྱིས་མ་བཟོད་པར། རེས་ཡར་བྱོན་ནས་གླུ་མ་ལ་ཞུ་སྐབས་

ཨོའདྲུག་བལྟས། རེས་འགའམར་བྱོན་ནས་ངལ་སེམས་གསོམ་མཛད་ཅུང་། བའི་སྒྲིང་འདི་  
ལྷགས་ལས་བྱས་པ་ཡིན་ནམ། མིན་ནགས་ཏེ་འཆི་བར་སྐྱམས་པའི་སྤྱག་བསྐལ་བྱུང་སྟེ། ཆེ་  
སྟོང་ལ་སྤྲིག་པ་ཆེན་པོ་བྱས་པས་ཆོས་ལུ་བ་རང་གི་ཕྱིར་ཡང་དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱག་བསྐལ་ཁྱོང་  
གསུངས། དེའི་ཆེ་ཆོས་ཉན་པ་ཀུན་གྱི་ནང་ནས་མ་ཆི་མ་དྲག་པོ་མིག་ཏིང་བཞི་གཅིག་ཀྱང་མེད་  
དོ། རྒྱུ་གསུང་དང་སེམས་འབྱུང་གིས་བརྒྱནས་ཏེ་བརྒྱལ་བ་ཡང་འགའ་བྱུང་ངོ་། །སྤྱག་བསྐལ་  
ཡི་ཆད་ཀྱི་སྒྲོན་སྤྲིག་སྤྲིབ་སྤྲུངས་པའི་མཛད་པ་སྟེ་གཉིས་པའོ། །

གསུམ་པ། དབང་དང་གདམས་ངག་ཐོབ་པ།

ཡང་པས་རྒྱུད་པས་འོན་ཏེ་བཅུ་གྲག་མ་མར་པས་རྗེས་སུ་འཛིན་པའི་རྒྱུན་ཏེ་ལྷ་བུ་ཞིག་  
བྱུང་ཞུས་པས།

དེར་ལྷ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཡར་འབྱོན་མར་འབྱོན་མཛད་པས་དར་ཅིག་ནས་མར་པ་དགོངས་  
 པ་ལས་བཞེངས་ཏེ། སྤྱགས་ཞི་བའི་ངང་ནས་འོ་ད་བདག་མེད་མ་ལ་འདིར་ཤོག་གིས་  
 གསུངས། ཡུམ་གདན་དྲངས་ཕྱིན་པས། རྟོག་ཆོས་སྐྱེ་རྗེ་ལ་སོགས་པའི་ལྷ་པ་གཞན་ཆོ་  
 གར་སོང་གསུངས་པ་ལ། ལྷ་མ་རྟོག་པ། ལྷ་མ་རང་གི་བཀའ་སྒྲུབ་ལོ་ལྷ་རྒྱུན་དང་སྤྱགས་  
 དམ་ད་ལྷ་ལོངས་ཤོག་གསུངས་པ་ལྷར་ལེན་དུ་འབྱོན་པར་ཆས་ནས་སྒྲིམ་པེབས་ཏེ། ལ་སོ་  
 མ་མཐུ་ཆེན་གྱིས་ལུ་བ་འདི་ལྷར་འབྲུལ་བ་ལ་ཞལ་ཏེ་འདི་ལྷར་གནང་བེད་ད་ལྷ་བ་ལུགས་གདའ་  
 ཞེས་ཞིབ་རྒྱས་ལུས་པས་མར་པ་སྤྱན་ཆབ་ཅིལ་མཛད་དེ། གསང་སྤྱགས་ཀྱི་སྒྲོ་བ་མ་ཞེས་བྲུབ་  
 དེ་འབྲུའི་གདགོས་རྒྱ་ཡང་ཡིན། ཡིན་པ་བཞིན་བྱུང་གིས། ད་པའི་བུ་སྒྲོ་བ་རྣམས་སྤྱིང་རྗེ་བས་  
 བོས་ཤོག་ཅིག་གསུངས། དེར་ལྷ་པ་ཞིག་ལྷ་མ་རྟོག་པ་གདན་འདྲེན་དུ་ཕྱིན་ནས། ད་ལྷ་མ་  
 སྤྱགས་ཞིན་སངས་དན་འདྲེན་དུ་བཏང་བ་ཡིན་པས་པེབས་པར་རྒྱ་ལུས་འབྱོན་པ་ལ། ངས་མི་

ལས་འཕྲོ་ཅན་ཆེད་དགའ་བ་ལ། ལས་ངན་པོ་དཔེ་སྒྲིལ་ཐུགས་ཞི་རུ་དྲུང་འགྲོ་བའི་  
སྐལ་བམེད་པས་ཕྱིན་རུང་བཀའ་བཀྲོན་དང་ཐུག་འབེབས་ལས་མི་འོང་བྱས་ཏེ་བསྐྱེད་  
པས། སྒྲིལ་རྒྱུ་ལ་ཡང་བཞུགས་ནས་གྲུ་བ་དེ་ལ། སྒྲིལ་འདྲུང་ཏེ་ཨ་ཕོ་མཐུ་ཆེན་གྱི་རྒྱ་  
མཚན་རྣམས་ཞུས་ལ། སྐྱེད་ཏེ་འགྲོ་རུང་ངམ་ལྟོས་ཤོག དེ་བར་ལ་འདིར་མ་བསྐྱེད་  
ན། འདིས་གང་མིན་བྱས་ཅིན་འདུག་གསུངས། གྲུ་བ་དེས་སྒྲིལ་མའུ་ལ་རྒྱ་མཚན་རྣམས་  
ཞུས་པས། སྐྱེད་ཡིན་ན་ཁོ་བཤེན། ད་དེ་འདྲུང་མི་དགོས། ད་ལན་འབོད་པའི་མགྲོན་གྱི་  
གཙོ་བོ་མཐུ་ཆེན་ཡིན་པས། བདག་མེད་མ་སོངས་ལ་བོས་ཤོག་ཅིག་གསུངས། དེར་ཡུམ་  
ཞལ་འཇུག་བཀའ་དང་བཅས་བྱོན་ཏེ་ཨ་ཕོ་མཐུ་ཆེན་དེ་རང་སྒྲིལ་མའུ་ལ་ཁྱོད་རྩིས་སུ་འཛིན་པ་  
འདྲ། ཐུགས་རྩིས་གཏིང་ནས་གཡོས་པའི་རྒྱལ་ལ་དཔེ་མཐུ་ཆེན་གྱི་གཙོ་བོ་ཡིན་པས་ང་རང་  
ལ་བོས་ཤོག་ཅིག་གསུངས། ང་རང་ལ་འདྲུང་བཀའ་བཀྲོན་ཡང་མ་བྱུང་། དགའ་བར་གྱིས་ལ་  
འདོད་ཅོག་གསུང་བ་ལ། ད་དྲུང་བདེན་ནམ་མཁུ་སྒྲིལ་པའི་ཐེ་ཚོམ་ལོག་གེ་བཞིག་ལ་ནང་དུ་ཕྱིན་  
པས། གྲུ་བ་འགྲིག་པ་དང་། སྒྲིལ་འཇུག་སྐྱེད་པས། བཞུགས་ན་རང་རེ་ཀུན་ལ་ཁྱོད་མེད་དོ། །  
ངས་ནི་མཐུ་ཆེན་གྱི་སྒྲིག་པ་སྤྱོད་ཐབས་སུ་སྐྱེད་པ་འདྲུང་བམ་གཏོགས་རང་འདོད་གྱི་མཐར་ལས་  
ཡིན་ན་ཞི་བའི་སྒྲིལ་བཅོལ་བས་ཆོག་པས་ང་བདེན། བདག་མེད་མ་སྐྱེད་ཏེ་མེད་ཏེ་མེད་ཏེ་མེད་ཏེ་  
དང་། སྒྲིལ་སུ་སྒྲིང་རྩིས་ཆེ་རེ་བཅིག་འདུག་པས་མ་སོང་པ་བདེན་ནམ་མཁུ་འདྲུང་བཅས་པའི་ཡིག་  
ཐུས་དེག་ནང་ཆེས། རྩིས་ཆོས་སྐྱོད་རྩིས་ཆོས་ཆེ་རེ་བཅིག་ལྟར་བཤེན་ཏེ། འོན་ཀྱང་རྩིས་རྣམས་  
རེ་ཞིག་ཆུང་ལོངས་ཤོག རྩིས་སུ་ཁྱོད་རང་ལ་སྐྱེད་པ་ཡིན། མཐུ་ཆེན་ནི་ཆོས་ཀྱི་འདོད་པས་  
གདུངས་པས་ཅི་ཐོབ་ཀྱི་ཐབས་བྱེད་པས་བདེན། ད་ལན་རྩིས་ལ་བདག་མེད་མས་ཡིག་ཐུས་  
བསྐྱེད་བའི་མ་གོ། རྩིས་སྐྱོན་གྱིས་མཐུ་ཆེན་ལ་དབང་བསྐྱེད་གདམས་ངག་བྱིན་པའི་རྒྱུ་  
གྱིས། དཔེ་ཆ་གཏིང་ཐབས་མ་རྩིས་པས། ཆོག་པ་ལོག་པ་གྲོས་ཀྱི་རྒྱུ་ལོག་ལྟར་བྱུང་རུང་  
འཛིག་རྩིས་པའི་དེ་དང་མི་འདྲ་སྟེ། རྣམ་པ་ཅིར་སྐྱེད་ཏེ་ཐབས་ཅད་ཆོས་ཀྱི་གསལ་ནས་ཡུལ་ཐོག་





རང་གིས་བཞེས། དེ་ནས་ང་ལ་གནང་བྱུང་བ། ངས་ལྷག་མ་མ་ལུས་པར་འབྲུངས་  
པས། སྤྲོ་མའི་ཞལ་ནས། རྟོན་འབྲེལ་བཟང་། བརྒྱུད་པ་གཞན་འགའ་ཞིག་གི་དབང་བཞི་  
རྩོགས་པས་ངའི་ནང་མཆོད་ཀྱི་བདུད་ཅི་མུང་བ་ལྷག་ནང་། གསང་སྤྲུགས་སྤྲིན་བྱེད་ཀྱི་དབང་  
ནངས་པར་ནས་བསྐྱར་རོ་གསུངས།

དེ་ནས་བདེ་མཆོག་དྲུག་ཅུ་ཙམ་གཉིས་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་རྒྱས་པ་བཞེངས་ནས་དབང་  
བསྐྱར་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་སྟོན་པའི་ཆེ། རྩལ་ཆོན་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་ཕྱག་མཚུབ་གཏད་  
དེ། འདི་མཆོན་བྱེད་དཔེའི་དཀྱིལ་འཁོར་བྱ་བ་ཡིན། མཆོན་བྱེད་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་འདི་ན་  
གསུངས། ཅམ་མཁའ་ལ་ཕྱག་མཚུབ་གཏད་བྱུང་བས། འཁོར་ལོ་སྤྲོ་མ་པ་ལ་ལུལ་ཉི་ཤུ་  
བཞི། གནས་སུ་མཐུ་ལོ་གཉིས། དུར་ཁྱོད་ཆེན་པོ་བརྒྱུད་ཀྱི་དཔེའ་བོ་དང་མཁའ་འགྲོས་  
བསྐྱར་ནས་ཁྲལ་མ་མེ་བཞུགས་པ་དངོས་སུ་མཐོང་།

དེའི་ཆེ་སྤྲོ་མ་དང་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ལྷས་མགྱིན་གཅིག་ཏུ་གསང་མཆོན་དཔེའ་བོ་བཞེང་བ་  
རྩོམ་བཏགས་ཏེ། རྒྱུད་ཀྱི་ལུང་རྣམས་རྒྱས་པར་གནང་ནས། མན་ངག་གི་ཉམས་ལེན་  
དང་། ཕྱག་ལེན་རྣམས་མཐིལ་བྱིན་པར་བསྟན་ཏེ། སྤྲོ་མའི་ཕྱག་ངའི་སྤྱི་བོར་བཞག་  
ནས། བྱུང་སྤྲོ་བམ་སྤྲོ་བམ་དུ་དང་པོ་ནས་ཤེས་ཏེ། ཁྱོད་ངའི་སར་འོང་བའི་རྩལ་མོ། ང་  
ལ་མི་ལམ་འདི་འདྲ་བྱུང་བ་ཁྱོད་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་པན་ཐོགས་པའི་རྟགས་སུ་  
འདུག། བདག་མེད་མ་ལ་མི་ལམ་འདི་འདྲ་བྱུང་འདུག་པ་ཡང་གོ་དང་འདྲ་བ་ལས། ཁྱད་  
པར་དཀོན་གཉིར་བྱུང་མེད་ཀྱིས་བྱེད་པ་དེ། ཆོས་བདག་མཁའ་འགྲོས་བྱེད་པ་ཞིག་འོང་བ་  
ཡིན། དེས་ན་ཁྱོད་ང་ལ་སྤྲོ་མ་མཁའ་འགྲོས་གནང་བའི་སྤྲོ་བམ་རྒྱུང་བས། ངས་ཀྱང་སྤྱི་  
སྤྲོ་ག་པ་ལྟར་བྱས་ནས་བསུར་འོངས་པ་ཡིན། ཁྱོད་ཀྱིས་ངས་བྱིན་པའི་ཆང་རྩོགས་པར་  
འབྲུངས་པ་དང་། སྤྲོ་རྩོགས་པར་བསྐྱོགས་པ་དེ་གདམས་ངག་གི་སྤྲོ་དུ་ལྷུང་ཅིང་རྩོགས་པར་  
ཁོང་དུ་རྒྱུད་པའི་རྟགས་སུ་བྱུང་། དེ་ནས་ཟངས་ལུལ་བ་དེ་ལ་ལུང་བཞི་འདུག་པ་དེ། ང་ལ་



དེར་ང་ལ་སྒྲུལ་འོག་སྤང་གིས་སྒྲུབ་པ་མེས་ལ་གྱིས་ཤིག་གསུངས། འཛོལ་འོག་གྲུང་  
 བཟང་པོ་དང་བཅས་ཏེ། ལྷོ་བྲག་སྟག་ཉི་བྲག་ལ་སྒྲོམ་དུ་བཅུག། དེའི་ཆོངས་མཆོད་གོང་  
 མར་ཁུས་བཀའ་བ་ལ་མེ་སྒྲར་ནས། སྤྱི་ལོར་བཞག་སྟེ་མར་མེ་མཛོག་ས་བར་དུ་ལུས་མི་  
 འགྲུལ་བར་ཉིན་མཆོན་ཐོག་ཐག་འདེའ་བར་བྱས་ཏེ་བསྒྲོམས་ནས་རྒྱ་བ་བཅུ་གཅིག་སོང་བ་  
 དང་། སྒྲུལ་ཡལ་ཡུམ་ཆོག་ས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་ལོ་གྲུང་བཟང་པོ་བསྐྱམས་ནས་བྱོན་ཏེ། སྒྲུལ་འོག་  
 ཞལ་ནས། བྱའོ་དེ་རྒྱ་བ་བཅུ་གཅིག་ཙམ་སྟན་གྱི་བྱོད་མ་ཡལ་བར་སྒྲོམ་རུས་པ་དག་འར་བ་  
 ཡིན། ད་མེ་ཞིག་བྲུག་སྒྲོ་ཤིག་ས་ལ་མ་རྒྱན་ངའི་འགྲམ་དུ་ཁམས་དུ་བ་བསང་བ་  
 དང་། ཉམས་སྒྱུ་ཚུལ་གྱི་སྒྲེང་མོ་བྱེད་པ་ལ་ཤོག་ཅིག་གསུང་བ་ལ། ཁམས་དུ་བག་སོ་བར་ང་  
 དེ་ཀ་ཡིན་ཏེ། སྒྲུལ་འོག་འཡིན་པས་འགོ་དགོས་སྒྲུལ་ནས། བྲག་སྒྲོ་བཤིག་པར་བརྩམས་  
 པས་པངས་པའི་སྤང་བཞིག་བྱུང་སྟེ་བཤིག་མ་མོད་པར་ཡུག་ཅིག་དེ་ཀར་བསྤང་པས། ཡུམ་  
 ཐེབས་ནས། བྱའོ་ང་གིན་ཡོད་དེ་གསུངས། བྲག་སྒྲོ་བཤིག་མ་མོད་ལགས་ཁུས་པས། མི་  
 སྒྲོན་གསང་སྟགས་ཟབ་མོ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཆེ་བ་ཡིན་ཞིང་། ལྷུང་པར་སྒྲུལ་ཡང་བྲུག་ས་གཏུམ་  
 པས་རྟེན་འབྲེལ་འཕུགས་པ་སོགས་བྱུང་ན་མི་འོང་བས། ཨ་མས་བྲག་སྒྲོ་བཤིག་གིས་སྤྱར་དུ་  
 བྱོན་ཅིག་གསུངས། བཤིག་བྱུང་བ་ལ། མད་སྟམ་བྱིན་པས། སྒྲུལ་འོག་ཞལ་ནས། རང་མེ་  
 ས་བྲུག་ཉིས་མངོན་རྟོགས་སྒྲོམ་ཆོག་གྱིས། བདག་མེད་མས་ཆོག་ས་ཀྱི་སྟོན་པོ་ན་གྱིས་ཤིག་  
 གསུངས། ཆོག་ས་འཁོར་བསྐྱོར་བའི་ཆོ། སྒྲུལ་འོག་ཞལ་ནས། བྲུག་དམས་ངག་རྒྱམས་ལ་  
 དེས་ཤེས་ཅི་སྟེས། ཉམས་རྟོགས་དང་གོ་ཡུལ་ཇི་འདྲ་ཤར་བ་རྒྱམས་སྒྲོ་སྟོད་གྱིས་ལ་ཤོད་ཅིག་  
 གསུང་བ་ལ། སྒྲུལ་འོག་དུང་དུ་ཡོད་དད་གུས་ཆེན་པོའི་ངང་ནས། ལུས་བྲུས་མོ་བཅུ་གས་ཐལ་  
 མོ་སྤྱར། མིག་མཆིམ་འབྲུག་བཞིན་ཉམས་རྟོགས་འབྲུལ་བའི་ཐོག་མར་ངག་གི་མགྱུར་ལ་སྟ་  
 བསྒྲུལ་ལ་ཡན་ལག་བདུན་པ་འདི་ཕུལ་ལོ། །

མ་དགག་དུལ་བྱའི་སྤང་རོལ། །སྤྱོད་ཆོག་སྤྱུལ་པའི་སྤྱར་སྤྱོན་ཅིང་། །དག་པའི་  
འཁོར་གྱི་གདུལ་བྱལ། །རྩེ་ལོངས་སྤྱོད་རྩོག་སྤྱར་འཆར་ལ་འདུད། །ཡན་ལག་དྲུག་ཅུའི་  
ཆོངས་དབྱེངས་ཀྱིས། །རང་རང་སྤྱད་དུ་དམ་པའི་ཆོས། །བརྒྱད་ཁྱིམ་ཞི་སྤྱོད་གསུང་མཛད་  
པའི། །ཁྱག་སྤྱོད་དབྱེར་མེད་གསུང་ལ་འདུད། །འོད་གསལ་ལ་ཆོས་སྤྱི་ཅམ་མ་པའ་ལ། །  
མཚན་མའི་སྤྱི་བག་ཡོགས་མེད་བཞིན་དུ། །ཤེས་བྱ་ཀུན་ལ་བྱབ་མཛད་པ། །འགྱུར་མེད་ཆོས་  
སྤྱི་ཐུགས་ལ་འདུད། །ཆོས་དབྱིངས་དག་པའི་སོ་བྱང་ན། །མི་འགྱུར་བདག་མེད་སྤྱུ་མའི་  
སྤྱོད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་སྤྱུ་མ་ནས་དང་། །བཀའ་བཞིན་སྤྱུ་བའི་སྤྱོད་མའི་ཆོག་ས། །འཁོར་  
དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་ལ། །ཟློལ་མེད་གུས་པས་ཐུག་འཆོལ་ལོ། །འཛིག་རྟེན་ཁམས་ནི་  
ཐམས་ཅད་ན། །མཚོན་པའི་ལོ་བྱད་ཅི་ཡོད་དང་། །བདག་ལུས་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱན་སྤྱར་འབུལ། །  
སྤྱིག་པ་ཐམས་ཅད་སོ་སོར་བཤགས། །བསོད་ནམས་ཀུན་ལ་རྩེས་ཡི་རང་། །ཆོས་འཁོར་རྒྱ་  
ཆེན་བསྐོར་དུ་གསོལ། །འཁོར་བ་མ་སྤོངས་བར་དུ་ནི། །དཔལ་ལྷན་སྤྱོད་མ་བཞུགས་སུ་  
གསོལ། །དག་ཆོག་སེམས་ཅན་དོན་དུ་བསྟོ། །

དེ་ལྟར་ཡན་ལག་བདུན་པ་ཞིག་སྟོན་དུ་གསོལ་ནས། སྐལ་ས་ཀྱི་ཁུ་དོན་ལ། རྗེ་  
འཆང་དང་དབྱེར་མེད་པའི་སྒྲུ་མ་ཡབ་ཡུམ་སྲས་དང་བཅས་པའི་འཕྲིན་ལས་རྣམ་པར་དཀར་པ་  
དང་། ཐུགས་མཛེས་མེད་པའི་བྱིན་རྒྱལ་ས་ཀྱི་རྣམ་མཁུ་དང་། འཁོར་བ་མེད་པའི་བཀའ་བྲིན་  
ལ་བརྟེན་ནས་འབངས་བདག་ལ། གོ་ཡུལ་གྱི་རྟོགས་པ་རྩལ་ཟད་ཡོད་པ་རྣམས་འབུལ་  
བས། ཐུགས་ཚེས་ཉིད་འགྱུར་བ་མེད་པའི་ངང་ནས་སྒྲན་ཅུང་ཞིག་གསན་དུ་གསོལ། ཐོག་  
མར་མ་རིག་པའི་རྒྱུན་གྱིས་འདུ་བྱེད་ལ་སོགས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་བཅུ་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་  
ལུས་། རྣམ་སྟོན་གྲག་རྟོས་བཅས་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་འཛིན་པ་དང་བཅས་པ་འདི་བསོད་



མེད་བག་ཟག་གི་བདག་མེད་འཛོལ་བ་ལ་འབད་དེ། ལུང་དང་རིགས་པ་གཉིས་ཀ་ལ་དཔེ་  
དང་རྒྱ་མཚན་དུ་མའི་སྒྲོན་ས་བཅའ་བས་བདག་མ་རྙེད་པ་དང་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་  
རྟོགས། དེ་ལྟར་གང་ཟག་མ་རྙེད་པ་དང་སེམས་མཉམ་པར་འཛིག་དགོས་ཏེ། རྒྱ་མཚན་དུ་  
མའི་སྒྲོན་ས་བཞག་པའི་ཆོ། རྣམ་རྟོག་རྒྱུན་ཆད་ནས་སེམས་རྟོག་མེད་དུ་ལྷན་སྦྲེང་སྟེ། ལོ་  
དང་ཟླ་བ་ཞག་ལ་སོགས་པ་ཅི་ཅུམ་སོང་ཡང་རང་གིས་མི་ཤེས་པར་གཞན་གྱིས་ཆོད་འཛིན་  
དགོས་པ་བྱུང་བཞི་ཞིག་ནས་སྟེས་པ་ཡིན། དེ་ལ་དྲན་ཤེས་གྱིས་བསྐྱུངས་ནས་བྱིང་རྟུགས་སུ་  
མ་སོང་བར། རིག་པའི་རར་འདོན་བྱས་པས། ལྷང་ལ་རང་བཞིན་མེད་པ་གསལ་ལ་རྟོག་པ་  
མེད་པ། རྗེན་ཤེས་རེ། སའི་སིང་པོ་བདེ་ཞིག་ནས་གྱི་ཉམས་ཡིན། དེ་ལ་ལྷག་མཐོང་དུ་  
འཛིན་རུང་། སོ་སོ་སྟེ་བོ་ལ་ལྷག་མཐོང་མཚན་ཉིད་པ་མི་འཆར་བས། ས་དང་བོ་ཐོབ་པ་དང་  
ལྷག་མཐོང་དང་མཇུག་པ་ཡིན་སྟེས་ལགས། དེས་ན་དམིགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་རྣམ་པ་ལམ་དུ་  
བྱེད་པ་ཡིན། གཞན་ཞིག་ནས་གྱི་ཉམས་སྡང་ལྷ་སྟེ་སོགས་མཐོང་སྡང་སྡེ་ཆོགས་བྱུང་བ་རྣམས་  
བསྒྲུའམ་པའི་རྟགས་ཅུམ་ཡིན་གྱི། སླིང་བོ་གང་ཡང་མེད་སྟེས་ལགས། མདོར་ན་ཞིག་ནས་  
བཟང་བོའི་ཉམས་རར་འདོན་དང་བཅས་པ་དང་། སོ་སོར་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཟབ་མོས་  
དཔྱེད་པ་དང་བཅས་པ་འདི། ལྷག་མཐོང་ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་མེད་མི་རུང་། སྤྲུལ་  
འཛིག་པའི་སྤྲུལ་ཐེམ་འོག་མ་དང་འདྲ་བསམ་ལགས། ཞིག་ནས་སྒྲོམ་པ་སོགས་མཚན་བཅས་  
མཚན་མེད་གང་བྱེད་ཐམས་ཅད་གྱི་སྟོན་དུ་བྱམས་སླིང་རྗེས་ཀུན་ནས་སྟོང་སྟེ། ཅི་བྱེད་གཞན་  
དོན་དུ་དམིགས་པའི་སེམས་བསྐྱེད་གྱིས་ཟིན་པ་དང་། བར་དུ་ལྟ་བ་རྣམ་པར་དག་པས་  
དམིགས་མེད་དུ་སྟོང་བ་དང་། ཐམས་གཞན་དོན་དུ་བསྟོན་བསྟོན་ལམ་གྱི་རྒྱས་འདོབས་དམིགས་  
མེད་གྱི་རང་ནས་བྱེད་པ་ལམ་ཐམས་ཅད་གྱི་མཚོག་ཡིན་པར་གོ་ལགས། མི་ལྟོགས་པ་ལ་ཟན་  
གོ་བས་མི་མན་ཟད་གོས་པ་ལྟར། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པ་ལ་དོན་གོ་བས་མི་ཆོག་སྟོམ་དགོས་པར་

གོ་ལགས་ཤིང་། ཟུང་པར་ལྷག་མཐོང་རྟོགས་པའི་ཐབས་ཆེས་ཐོབ་ཏུ་བསགས་སྤྱད་གཉིས་ལ་  
ཡོངས་མེད་དུ་འབད་དགོས་པར་གོ་ལགས། དོན་དེ་ལ་བལ། ད་ལྟ་རྣམ་འཁྱོར་པ་ཉམས་སུ་  
ལེན་པའི་སྟངས་ཉིད། མཉམ་ཉིད་བཟོད་མེད་མི་རྟོག་པ་རྣམས་དབང་བཞི་དང་མཐུན་པའི་གསང་  
སྤགས་དེ་ཆེ་ཐེག་པའི་ལམ་རིམ་གྱི་ལྟ་བུ་ཡིན་པར་གོ་ལགས། གོ་བ་རྣམས་མཛོད་དུ་བྱེད་པ་ལ་  
ལུས་ལ་བབ་བསྐྱར། ལྟོ་ལ་གྱོང་བསྐྱར། སེམས་ལ་ལས་བསྐྱར་ནས་སྤང་བ་གདོང་  
འདེད། འཆི་རུས་ཐོག་འགེལ་ཅི་བྱུང་རོ་སྟོམས་ནས། སྤྱི་ནིན་འཁོར་ཐབས་མེད་པའི་བླ་མ་  
ཡབ་ཡུམ་གྱི་བྱུང་དུ། ཟང་ཟིང་གི་ཞབས་ཏྲེག་འབུལ་རྒྱུ་མ་བྱུང་བས། སྐྱབ་པའི་མཆོད་པ་ཇི་  
སྟིང་འཆོའི་བར་དུ་འབུལ་ཞིང་། མཐར་ཐུག་གི་རྟོགས་པའོག་མིན་ཆོས་ཀྱི་ཕོ་བྲང་དུ་འབུལ་  
བར་ལུ།

དེ་ཆེ་འཆང་ཆེན་བླ་མ་དང་། བསངས་རྒྱས་བསྐྱེད་པའི་བདག་མེད་ཡུམ། རྒྱལ་སྤྱུ་  
སྤུལ་པའི་ཆོགས་རྣམས་ལ། གོ་རྟོགས་ཡིད་ཡུལ་ཤར་བ་ཡི། ཆོག་འགའ་སྟན་དུ་ཕུལ་བ་  
ལ། རྟོགས་ལོག་རྟོགས་འབྱུལ་རྟོགས་སོགས། ཉེས་ཆོགས་ཐམས་ཅད་བཟོད་པར་  
གསོལ། སྤྱར་ཡང་ཆོས་བཞིན་འཆོས་པར་ལུ། ཆེ་ཁྱེད་གྱི་ཐུགས་ཆེ་འི་དགྱིལ་འཁོར་  
ལས། བྱིན་རྒྱབས་གྱི་ཆ་ཟེར་འབྲོས་པ་ཡིས། བདག་སྒྲོའི་པད་མོ་ཁ་ཕྱེ་སྟེ། ཉམས་  
རྟོགས་གྱི་དྲི་བསྐྱེད་འབྲོ་བ་འདི། དྲིན་ལན་ལ་འཁོར་ཐབས་མ་མཆིས་པས། སྐྱབ་པའི་  
མཆོད་པ་རྒྱན་དུ་འབུལ། སྐྱབ་པ་མཐའ་དུ་ཕྱིན་པ་དང་། བསྐྱབས་འབྲས་གྱིས་འགྲོལ་པན་  
པར་མཛོད། འབངས་ལུ་མེད་ཆེས་ན་བཟོད་པར་གསོལ། །

ཞེས་ཞུས་པས། བླ་མའི་ཞལ་ནས། བུ་ཁྱོད་ལ་དེ་ཙམ་ཞིག་རེ་ཡང་རེ་སྟེ་བྱུང་འདུག་  
གསུང་མཉེས་མཉེས་མཛོད། ཡུམ་གྱི་ཞལ་ནས། དའི་བྱུང་འདི་ལ་འདི་ཙམ་ཞིག་འོང་བའི་སྟོ་  
སྟོབས་དང་རུས་པ་ཞིག་ཡོད་གསུང་ཤིན་ཏུ་དགེས་ཏེ་ཆོས་ཀྱི་སྤྱིང་མོ་མང་དུ་གནང་ནས་ཡབ་  
ཡུམ་གཉིས་གཟིམས་ཁང་དུ་བྱོན།







དེནས་མ་ཁའ་འགྲོ་སྒྲན་བརྒྱད་ཀྱི་གདམས་ངག་རྣམས་རྫོགས་པར་གནང་ནས། པཎ་  
ཆེན་རྒྱ་ལོ་སྟེན་འབྲེལ་ཞིག་བསྒྲིགས་པ་ལས། མར་པའི་ཕྱག་འཆོལ་ལུགས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་  
གྲིས་གདུང་རྒྱུད་ཐུང་བ་ཙམ་བྱུང་ནང་། དའི་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་ཆོས་རྒྱུད་ཆུ་པོའི་གཞུང་ལས་  
རིང་བའོང་བའི་ལུང་བསྟན་ཐོབ་སྟེ། བོད་དུ་གདན་ཤེབས།

དེནས་ཕྱག་འཆོལ་ལུགས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་གྲིས་སྤྲས་དར་མ་མཛོད་སྟེ་སྒྲུ་ཡལ་བའི་ལོ་  
མཛོད་ཀྱི་མཛོད་འབུལ་ལ། ཟླ་བུ་སློབ་ཀྱན་འཛོམ་པའི་མཛོད་པའི་ཆོག་སྒྲུལ་དུ། སྤྲམ་ལ་  
སློབ་མ་བུ་ཆེན་རྣམས་ཀྱིས་ལུས་པ། སྤྲམ་རིན་པོ་ཆེ། སྤྲས་དུས་གསུམ་གྱིས་ངས་རྒྱས་ལྟ་བུ་  
དེན་བདག་ཅག་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་བསོད་ནམས་ཀྱིས་མ་སྤུབ། སྤྲམ་རང་ནི་སྒྲུབ་བགྲུས་  
གདའ་བས། ད་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཇི་ལྟར་དར་བར་འགྱུར་བ་དང་། བདག་  
ཅག་སློབ་མ་རྣམས་ལ་གདུལ་བྱ་དང་འཕྲིན་ལས་ཇི་ལྟར་འབྱུང་བའི་ལུང་བསྟན་ཅིག་གནང་བར་  
ལུ་ལུས་པས། སྤྲམ་འི་ཞལ་ནས། དན་ལོ་པཎ་ཆེན་གྱི་བརྒྱུད་འདི་རྟེན་འབྲེལ་དང་མི་ལམ་ལ་  
མངའ་བརྟེས་པ་ཡིན་ཞིང་། བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་པཎ་ཆེན་རྒྱ་ལོ་སྟེན་འབྲེལ་བཟང་པོ་  
ཡང་ཡོད། ཁྱེད་བུ་ཆེན་རྣམས་ཀྱིས་མི་ལམ་སྒྲུག་ས་ལ་ཤོག་ཅིག་གསུངས། དེར་བུ་ཆེན་  
རྣམས་ཀྱིས་མི་ལམ་བཟང་ནས་ལུས་པས། ཀུན་ལ་མི་ལམ་བཟང་པོ་འགའ་བྱུང་འདུག་  
ནའང་། ལུང་བསྟན་ཤོག་པ་མ་བྱུང་སྟེ། ད་ལ་ཀ་ཆེན་བཞི་པའི་མི་ལམ་བྱུང་ཚུལ་རྣམས་སྤྲམ་འི་  
བྱུང་དུ་ཕུལ་བ་འདི་ལྟར་རོ། །

ཇི་ཇི་ཇི་འཆང་གི་བཀའ་བཞིན་དུ། །མདངས་ལྟམ་ཉལ་བའི་མི་ལམ་ན་། །བྱུང་ཚུལ་སྤྲམ་  
མའི་བྱུང་དུ་འབུལ་། །སྒྲན་དར་ཅིག་བདག་ལ་གསན་ནཔར་ལྟ། །འཛོམ་གླིང་ཡངས་པའི་བྱུང་  
ཕྱོགས་འདིར་། །སྒྲན་སྒྲུག་གཤམ་རི་ཆགས་པ་མིས་། །ཁངས་ཆེ་མོ་དགུང་ལ་རེག་པ་  
མིས་། །ཆེ་ལ་ཉི་ཁྲུལ་ཁོར་བ་མིས་། །འོང་གིས་མམ་མཁའ་གང་བ་མིས་། །རྩ་བས་ས་གཞི་  
ཁྱུང་བ་མིས་། །ཕྱོགས་བཞིར་རྒྱ་རྒྱུ་འབབ་བ་མིས་། །རྒྱ་དཔེ་འགྲོ་ཀུན་ཆོམ་པ་མིས་། །རྒྱ་

སྒྲུ་མཆོར་འབབ་པ་མིས། ཁེ་ཏྲི་ག་སྒྲུ་ཆོགས་བཀྲ་བ་མིས། སྦྲིང་གི་མི་ལམ་དེ་ལྟར་  
མིས། ཁྲིམ་དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ལ་ལུས་པ་ལགས།

སྒྲོས་ལྷན་སྦྲུག་གངས་རི་མཐོན་པོ་དེ། རྒྱུ་ཁྲུག་ཆེན་བཅུ་གས་པ་མིས། རྒྱ་ཐོག་  
དུ་མེད་ཆེན་འབྲིང་བ་མིས། ཁེང་ག་ཡུ་རལ་མཐའ་ནས་རྒྱས་པ་མིས། སྦྲེར་བཞི་གངས་ལ་  
བཀྲད་པ་མིས། སྦྲུལ་མིག་གྲེན་དུ་གཟིགས་པ་མིས། ཁེང་གངས་དཀར་གྱི་ལྷོངས་སུ་འཕྲོ་  
བ་མིས། ཁྲིམ་དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ལ་ལུས་པ་ལགས།

སྒྲོ་རྒྱུ་ཁྲུག་ཆེན་བཅུ་གས་པ་མིས། རྒྱ་ཐོག་དུ་སྦྲུག་མོ་ངར་བ་མིས། སྦྲུག་གྲ་འཛུམ་  
མཐའ་ནས་རྒྱས་པ་མིས། ཁེང་འཛུམ་ལན་གསུམ་བྱས་པ་མིས། སྦྲེར་བཞི་ནགས་ལ་  
བཀྲད་པ་མིས། སྦྲུལ་མིག་གྲེན་ལ་གཟིགས་པ་མིས། སྦྲུག་ནགས་གྱི་གསེབ་ལ་འཕྲོ་བ་  
མིས། རྒྱགས་ཐང་ཤིང་རྒྱུད་དུ་སྦྲེལ་བ་མིས། ཁྲིམ་དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ལ་ལུས་པ་  
ལགས།

ལུང་དུ་ཁྲུག་ཆེན་བཅུ་གས་པ་མིས། རྒྱ་ཐོག་དུ་ལྷུང་ཆེན་ལྷིང་བ་མིས། ལྷུང་ག་ཤོག་  
སྒྲོ་མཐའ་ནས་རྒྱས་པ་མིས། ལྷུང་རྒྱ་གཞུང་དུ་གཟེངས་པ་མིས། སྦྲུལ་མིག་གྲེན་དུ་  
གཟིགས་པ་མིས། ལྷུང་ནམ་མཁའི་མཐོངས་ལ་འཕྱར་བ་མིས། ཁྲིམ་དུས་གསུམ་སངས་  
རྒྱས་ལ་ལུས་པ་ལགས།

བྱང་དུ་ཁྲུག་ཆེན་བཅུ་གས་པ་མིས། རྒྱ་ཐོག་དུ་ཁྱོད་པོ་ལྷིང་བ་མིས། ཁྱོད་ཅེ་སྒྲོ་  
མཐའ་ནས་རྒྱས་པ་མིས། ཁྱོད་ཆོང་བྲག་ལ་བཅས་པ་མིས། ཁྱོད་དེ་ལ་བྲུག་ཅིག་བྱང་བ་  
མིས། བྲུལ་མིག་གྲེན་ལ་མཐའ་གང་བ་མིས། སྦྲུལ་མིག་གྲེན་དུ་གཟིགས་པ་མིས། ཁྱོད་  
ནམ་མཁའི་མཐོངས་ལ་འཕྱར་བ་མིས། ཁྲིམ་དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ལ་ལུས་པ་ལགས།

དེ་ལྟར་མིས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱིས། བཟང་བའི་དགེ་ལྷན་ཡིན་ནམ་སྒྲུལ། བདག་  
ནི་ཅམས་དགའ་ཤེས་པ་སྒྲོ། ཁོ་སྒྲོ་དེ་ལྟར་བསྐྱེད་གནད་དུ་གསོལ།



གྱིག་དམས་དག་ཐེབས་པ་ཡིན། སྒྲེར་བཞིག་དམས་ལ་བགྲད་པ་དེ། རྩི་མེད་བཞི་དང་ལྷན་  
 པ་ཡིན། སྤྱན་མིག་གྲེན་དུ་གཟིགས་པ་དེ། འཁོར་བ་ལ་སྤྱི་ཕྱག་འཆལ་བ་ཡིན། སེང་  
 གངས་དཀར་ལྟོངས་སུ་འཕྱོབ་དེ། ཐར་པའི་གླིང་དུ་གཤེགས་པ་ཡིན། རྟེན་མི་ལམ་མི་  
 རྣམས་ལམ་བཟང་། འདིར་ཆོགས་སྒྲ་པ་བུ་སློབ་ཀུན། རྩི་དུ་ཀ་ཆེན་བཅུ་གས་པ་དེ། །  
 གཞུང་གི་རྩི་སྟོན་ཆོས་རྩི་ཡིན། ཀམ་ཐོག་དུ་སྤྱད་ཆོངས་པ་དེ། སྤྱི་མི་གཞི་སྤྱད་དང་འབྲ་  
 བ་ཡིན། སྤྱད་ཀྱི་འཕྲོམ་མཐའ་ནས་རྒྱས་པ་དེ། སྤྱན་བརྒྱུད་གྱི་གདམས་དག་ཐེབས་པ་  
 ཡིན། སྤྱི་འཕྲོམ་ལ་ནག་སུ་བྱས་པ་དེ། སྤྱད་སུ་མ་རང་འཕྲོད་པ་ཡིན། སྒྲེར་བཞི་  
 བསམས་ལ་བགྲད་པ་དེ། འཕྲོམ་ལས་རྣམ་བཞི་བྱུང་བ་ཡིན། སྤྱན་མིག་གྲེན་དུ་གཟིགས་པ་  
 དེ། འཁོར་བ་ལ་སྤྱི་ཕྱག་འཆལ་བ་ཡིན། སྤྱད་ནགས་གྱི་གསེབ་དུ་འཕྱོབ་དེ། ཐར་པའི་  
 གླིང་དུ་གཤེགས་པ་ཡིན། ཐར་པའི་རྒྱུད་དུ་འབྲེལ་བ་དེ། བྱུ་ཆ་པོས་རྒྱུད་པ་འཛིན་པ་  
 ཡིན། རྩི་མི་ལམ་མི་རྣམས་ལམ་བཟང་། འདིར་ཆོགས་སྒྲ་པ་བུ་སློབ་ཀུན། རྩི་དུ་ཀ་  
 ཆེན་བཅུ་གས་པ་དེ། གཞུང་ལོ་གི་མེས་སྟོན་ཆོས་པོ་ཡིན། ཀམ་ཐོག་དུ་འབྲེལ་ཆོངས་པ་  
 དེ། སྤྱི་མི་གཞི་འབྲེལ་དང་འབྲ་བ་ཡིན། འབྲེལ་པོས་མཐའ་ནས་རྒྱས་པ་དེ། སྤྱན་བརྒྱུད་གྱི་  
 གདམས་དག་ཐེབས་པ་ཡིན། འབྲེལ་རྒྱུ་ནས་དུ་གཟིངས་པ་དེ། རྩི་སྟོན་གྱི་གོ་ལས་ཆོད་པ་  
 ཡིན། སྤྱན་མིག་གྲེན་དུ་གཟིགས་པ་དེ། འཁོར་བ་ལ་སྤྱི་ཕྱག་འཆལ་བ་ཡིན། འབྲེལ་ནས་  
 མཐའི་མཐོངས་ལ་འཕྱུར་པ་དེ། ཐར་པའི་གླིང་དུ་གཤེགས་པ་ཡིན། རྩི་མི་ལམ་མི་རྣམ་  
 མི་ལམ་བཟང་། འདིར་ཆོགས་སྒྲ་པ་བུ་སློབ་ཀུན། འབྲེལ་དུ་ཀ་ཆེན་བཅུ་གས་པ་དེ། འབྲེལ་  
 ཐར་གི་མི་ལ་རས་པ་ཡིན། ཀམ་ཐོག་དུ་ཆོད་པོ་འབྲེལ་བ་དེ། སྤྱི་མི་གཞི་ཆོད་དང་འབྲ་བ་  
 ཡིན། ཆོད་ཅེ་སྟོན་མཐའ་ནས་རྒྱས་པ་དེ། སྤྱན་བརྒྱུད་གྱི་གདམས་དག་ཐེབས་པ་ཡིན། །  
 ཆོད་ཆོངས་བྲག་ལ་བཅས་པ་དེ། ཆོས་ཀྱི་བྲག་ལས་སྒྲ་བ་ཡིན། ཆོད་དེ་ལ་བྲག་ཅིག་བྲུང་བ་  
 དེ། འབྲེལ་གྱི་དོ་མེད་ཅིག་འོང་བ་ཡིན། བྲེལ་གྱི་སྤྱན་མིག་མཐའ་གང་བ་དེ། བཀའ་

བརྒྱུད་ཀྱི་བསྟན་པ་དར་བ་ཡིན། །སྤྱོད་མིག་གྱེན་དུ་གཟིགས་པ་དེ། །འཁོར་བ་ལ་བྱི་ཕྱག་  
འཆའ་བ་ཡིན། །རྟོག་མཁའ་མའི་མཐོངས་སུ་འཕྱར་བ་དེ། །ཐར་པའི་སྤྱིང་དུ་གཤེགས་པ་  
ཡིན། །བྱང་མི་ལམ་མི་དན་མི་ལམ་བཟང་། །ཁྱེད་འདིར་ཚོགས་རྒྱལ་སྤྱོད་པ་ཡིན། །  
ང་ལ་རྟོག་གི་བྱུང་བ་ཡིང་ཚར། །དེ་ཁྱེད་བུ་སྟོབ་ཀྱི་དུས་ལ་བབ་ནས་གདའ། །ང་མི་རྟོག་གི་  
ཁ་ལ་གཏད་ཡོད་ན། །ཁྱིས་སྒྲུབ་བརྒྱུད་ཀྱི་བསྟན་པ་དར་ནས་འོང་། །ཞེས་གསུངས་  
ནས། ཚོགས་པ་ཀུན་ལ་དགའ་སྟོབ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཐོབ་པོ། །

དེ་ནས་སྒྲུམས་བྱ་ཆེན་རྒྱལ་སྤྱོད་པ་དང་གདའས་ངག་གི་དགོར་མཛོད་རྒྱལ་སྤྱོད་  
སྟེ། ཉིན་འཆད་ཅིང་། མཚན་སྟོམ་དུ་བཅུ་གཉིས་ཀུན་སྤྱོད་པ་དམར་བར་ཡོད་པའི་  
ཚོ། བདག་མེད་མའི་ཟབ་དབང་ཞིག་མཛོད་པའི་རྩལ་མོ། སྤྱོད་པ་དགོངས་ལ། བུ་སྟོབ་འདི་  
རྒྱལ་སྤྱོད་ལ། ཁྱེད་པར་དུ་ཚོས་གང་ལ་གང་གི་བཀའ་བབས་དང་འཕྲིན་ལས་ཡོད་པ་དེ་ལ་དེ་  
སྟེར་དགོས་པས། བདས་པར་ཐོར་ངས་ཀྱི་རྟོག་འབྲེལ་ལ་བརྟག་པ་བྱ་དགོངས་ནས། ཐོ་  
རངས་འོད་གསལ་ཀྱི་ངང་ནས་བྱ་ཆེན་རྒྱལ་སྤྱོད་པ་གཟིགས་པས། གཞུང་གི་རྟོག་སྟོན་ཚོས་རྟོག་  
དཔྱད་པ་དེ་ཀྱི་རྒྱུད་འབྲེལ་འགའ་ལ་བཤར་སྤྱད་མཛོད། རོལ་གྱི་རྟོག་སྟོན་དབང་དེ་འཕོ་བ་  
སྟོམ། གཙང་རོང་གི་མེས་སྟོན་ཚོན་པོ་འོད་གསལ་སྟོམ། ང་གཏུ་མ་མོ་སྟོམ་པ་གཟིགས་  
པས། ཚོས་སོ་སོའི་བཀའ་བབས་དང་འཕྲིན་ལས་གང་ཡོད་མཁྱེན་པས། སྒྲུམ་རྟོག་པ་ལ་  
མཐའ་དུ་གཞུགས་པའི་འོད་སྟོན་རྒྱུད་བཤར་ཐབས་ཀྱི་མཛུགས་ལུ་ཉིག་བསྟར་ལ་བརྟུགས་པ་ལྟ་བུ་  
ཞིག་ཡོད་པ་དེ་དང་། ལྷ་རོའི་རྒྱུན་དུ་གསུགས་དམ་པ་རྒྱ་རྒྱུག་ དགའ་གཟུང་རྒྱུགས་། རྒྱ་  
འབྲེལ་གྱི་ཕྱག་དཔེ་དང་བཅས་པ་གནང་ནས་བཤར་པའི་སྟོན་པ་འགྲོ་དོན་གྱིས་ཤིག་  
གསུངས། རོལ་གྱི་རྟོག་སྟོན་དབང་དེ་ལ་འཕོ་བ་རྒྱུ་མཐོངས་འབྲེལ་ལ་བྱ་འཕྱར་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་  
ཡོད་པ་དེ་དང་། ལྷ་རོའི་དབུ་ལོ་ ཕྱག་མེན། བདུད་རྩི་རིལ་བུ་ རིགས་ལྷའི་དབུ་རྒྱུ་

རྣམས་གནང་སྟེ། འཕོ་བ་སྤྱོད་ས་ཤིག་གསུངས། གཙང་རོང་གི་མེས་སྟོན་ཚོན་པོ་ལ། འོད་  
གསལ་མཉམ་ནང་དུ་མར་མེ་སྤར་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་དང་། རྒྱ་རེ་འཛིན་ཆེ་བྱེད་ལྟ་  
བུ། ཉམས་ཀྱི་ཀ་པ་ལ་རྣམས་གནང་ནས། བར་དོ་ཚོད་ཅིག་གསུངས། ང་ལ་གཏུ་མ་མེད་  
ཁྱེད་ཚོས་ཤིང་གསལ་གསལ་ལ་མེ་སྤར་བ་ལྟ་བུ་དང་། མི་ཉི་ཤེད་དུ་ཞུ། རྒྱ་རེ་འཛིན་བཟའ་རྣམས་  
གནང་ནས། གཡའ་ཁྱོད་དང་གངས་ཁྱོད་འགྲིམས་ལ་ལྟ་སྟོན་ཉམས་སུ་ལོངས་ཤིག་  
གསུངས།

དེ་ནས་གྲུ་པ་ཀུན་འཛོམས་པའི་ཚོགས་འཁོར་ཞིག་མཛད་པའི་གཡའ་དུ། ངས་ཁྱེད་རྣམས་  
ལ་རྟེན་འབྲེལ་དང་མཐུན་པའི་གདམས་ངག་བྱིན་པ་བཞིན། སློབ་བརྒྱད་རྣམས་ལ་ཡང་གཙོ་  
བོར་རང་རང་གི་གདམས་ངག་གི་ཕན་ཐོགས་དང་འཕྲིན་ལས་རྒྱ་ཆེར་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །  
མདོ་སྟེ་འབྱུང་ཞི་མེད། ངའི་བཀའ་བརྒྱད་ཀྱི་སྤྱོད་པས་ཀྱི་གདམས་ངག་དང་བྱིན་རྒྱལ་ས་ཀྱི་  
བརྒྱད་པ་ཁྱེད་རྣམས་ལ་གཏད་པ་ཡིན་པས་འབྱུངས་ཤིག། འགྲོ་དོན་འཕེལ་བར་ཡོང་རོ་  
གསུངས།

དེ་ནས་བུ་ཆེན་རྣམས་རང་རང་གི་གདམས་ངག་ཕེབས། ང་ལ་སྒྲུ་མའི་ཞལ་ནས། ཁྱོད་  
རང་ལོ་ཤས་ངའི་སར་སྟོད། དབང་དང་གདམས་ངག་ཁྱེད་པར་བ་ཡང་སྟེར་རྒྱ་  
ཡོད། ཉམས་རྟོགས་ཀྱང་སྒྲུ་མའི་བྱུང་དུ་གཏན་ལ་འབེབས་དགོས་པ་ཡིན་པས། མཚམས་  
དམ་པོ་ལ་སྟོད་གསུངས། རྒྱ་རེ་ས་ལུང་བསྟན་པའི་ཟངས་ལུག་གི་ལུག་པར་བསྟན་  
པས། ཡབ་ཡུམ་གཉིས་ཀྱིས་གཏོར་ཕོར་རེ་བཏང་བའི་ཚོགས་སྐལ་ཚུན་གནང་སྟེ། ལུགས་  
ཤིན་ཏུ་བཅེ་བར་མཛད་གསུངས། སྒྲུ་མའི་བྱུང་དུ་བསྟོམས་པས་ཉམས་རྟོགས་ཀྱི་སྒྱུ་གུ་  
འབྱུངས་པའི་མཛད་པ་སྟེ་བཞི་པའོ། །



## ལུ་པ། རང་ཡུལ་དུ་ཐེབས་པ།

ཡང་རས་རྒྱུད་པས་རྗེ་བཙུན་སྒྲུ་མ་མར་པའི་བྱང་ནས་འབྱོན་པ་དེ་རྒྱུན་རྒྱུ་བྱུ་ཞིག་གིས་  
བསྐྱུ་ལ། མར་པའི་གསུང་གིས་ལོ་ཤས་སྔོན་གསུང་བ་འདུག་པ་ཅི་ཅུ་བ་ཞུགས་ཞུས་པས།

རྗེ་བཙུན་གྱི་ཞལ་ནས། ང་དེར་ལོ་མང་མ་བསྐྱེད། ང་ཡུལ་དུ་འོང་བའི་རྒྱུ། ང་  
མཚམས་གྱི་ངང་ནས་དགེ་སྦྱོར་དམར་བར་ཡོད་ཅིང་། སྤར་ཡིན་ན་གཉིད་དུ་ཡེ་མི་འགོ་བ་  
ལ། ལན་ཞིག་ཐོ་རངས་གཉིད་དུ་སོང་བའི་རྒྱུ་ལ་མ་ན། བ་ཡུལ་སྐྱུ་རྒྱུ་ཅེ་ཅེ་ལ་སྒྲེབས་  
པས། ཁང་བ་ཀ་བ་ཞིག་དུང་བརྒྱད་དེ་བོང་ཆུ་གྱི་རྩ་བ་བཞིན་པལ། རང་གི་རོར་དམ་ཚོས་  
དགོན་མཚོ་ག་བཅུ་གསུམ་པ་དེ་ཐེགས་པས་གདུངས། སྤྱི་ལོ་འོར་མ་གྲུག་སུམ་དེ་འཇག་སྐྱུས་  
འཕྱུར། ཉེ་དུ་མ་ཆུན་མོ་དེ་ལི། སྤིང་མོ་དེ་སྤྱང་བ་ལ་འབྱུར་བ་རྣམས་བྱུང་བས། ཉེ་དུ་  
དགྲར་ལངས་པའི་སྤྲུག་གིས་མ་བྱུ་རྣམས་རྒྱུད་དུ་ནས་སྤྱུག་གེས་ལ་སོང་ཞིང་ཁམ་སྤང་བ་ལ་  
བཏེན་ནས། སྤྱོད་པ་ལ་ཚད་མེད་པ་ཞིག་བྱུང་སྟེ། ཡུལ་དང་སྤིང་མོ་འཛིན་ནས་བོས་ནས་མང་  
པོ་དུས་པ་ཞིག་མིས་པ་ལས། གཉིད་སད་པ་དང་སྤྲུམ་མཚེམས་བངས་འདུག་ བསམ་མནོ་  
ཞིག་བཏང་བས། ཡུལ་དུ་རྒྱ་དུ་རང་སོང་། དུ་མང་པོ་ཤིང་ཉེ་དུ་མ་ཆུན་མོ་དང་ཅིས་གྱུང་  
འཕྲད་པ་བྱེད་བསམ་ནམ་ལངས་པ་དང་། བུག་སྒོ་བའི་གསུམ་རྒྱུ་མའི་བྱང་དུ་ཁྱུར་ཕྱིན་  
པས། སྒྲུ་མ་མནལ་དུ་སོང་བ་དང་ཐུག་བྱུང་། དེར་དབྱུང་འཕྲུལ་མགོར་དམ་ནུ་ཆ་བཟུང་བའི་  
ལུས་ངག་གིས།

རྗེ་མི་བསྐྱོད་གྱི་ངོ་བོ་ཐུགས་རྗེ་ཅན། སྤྱང་ལན་ཞིག་ཡུལ་དུ་གཏོང་བར་ཞུ། ཡུལ་  
དང་རྩ་ཅེ་ཡི་གོ་རོན་ན། ཉེ་བ་དགྲར་ལངས་གྱི་མ་བྱུག་སུམ། སོ་སོར་གྲེས་ནས་ལོ་འགའ་

ཐལ། །ད་སེམས་ལ་འཕྲེང་སྟེ་བཟོད་སྒྲགས་མེད། །ལན་ཞིག་འཕྲད་དུ་གཏོང་བར་ལྟ། །  
ཕྱིན་ཆད་དུང་དུ་ལྷུང་དུ་འོང་། །ཞེས་གསེལ་བ་བཏབ་པས།

སྒྲ་མཁན་ལས་དཔ་དང་། མཁར་ལ་ཉི་མ་ཤར་ཏེ། དབུ་ལྡན་གྱི་སྒྲ་པ་ཁུང་ནས་དབུ་  
ལ་ཉི་མ་ཤར་བ་དང་། ཡུམ་གསེལ་ལ་འབྲེན་དུ་བྱུང་བ་རྣམས་དུས་གཅིག་ཏུ་འཛོམས་པས། སྒྲ་  
མའི་ཞལ་ནས། བུ་ཁྱོད་མཆོམས་དམ་པོ་ལ་ཉར་འདོན་བྱས་འོང་བའི་རྒྱ་མཆོན་ཅི་  
ཡིན། བདུད་དང་བར་ཆད་འདུག་པའི་རྒྱ་ཡིན། ད་ལྟ་རང་ལོག་ལ་མཆོམས་ལ་སྟོད་གསུང་  
བ་ལ། མི་ལམ་དུ་བྱུང་ཚུལ་དང་སྒྲར་ཡང་ཟུབ་འདི་ལྟར་ལུལ་ལོ། །

རྩི་བཅུ་དེ་གྱིད་པོ་ཐུགས་རྩེ་ཅན། །སྤང་ལན་ཞིག་ཡུལ་དུ་གཏོང་བར་ལྟ། །ཡུལ་  
སྤང་རྩེ་ཡི་གོ་རོན་ན། །ཁོར་ལུས་པའི་དངོས་པོ་མ་མཆིས་ཏེ། །སེམས་འཕྲེང་བར་བྱ་བ་འདི་  
འདྲ་བདོག་ །ཁང་པ་ཀ་བ་ཞིག་དུང་བརྒྱད་དེ། །དུས་ད་ལྟ་འབྲེལ་ལམ་མ་འབྲེལ་བ་ལྟ། །  
དམ་ཆོས་དགོན་མཆོག་བརྟེན་པ་ལ་དེ། །ད་ལྟ་ཐིགས་པས་ཨེག་དུངས་བ་ལྟ། །འཕྲོས་ཞིང་  
འོར་མ་གྲུ་གསུམ་དེ། །ད་ལྟ་འདྲེག་སྒྲུས་ཨེ་འཕྱུར་བ་ལྟ། །མཆོན་ལུས་གྱི་སྒྲོམ་བུ་དེ། །  
ད་ལྟ་སྒྲུ་ཁམས་ཨེ་བཟང་བ་ལྟ། །སྤིང་མོ་བེ་ཏ་མགོན་སྤྱིད་དེ། །ད་ལྟ་འབྱུར་རམ་མ་འབྱུར་  
བ་ལྟ། །ལས་གྱིས་བསྐྱོས་པའི་མཛེས་སེ་དེ། །ད་ལྟ་ཁྱིམ་སོ་ཨེ་ཐིན་བ་ལྟ། །ཁྱིམ་མཆོས་ཨ་  
ཁུག་ཡུང་རྒྱལ་དེ། །ད་ལྟ་འདུག་གམ་མི་འདུག་བ་ལྟ། །ཨ་ནི་བདུད་མོ་སྟག་འགྲན་དེ། །  
ད་ལྟ་ཤི་འམ་མ་ཤི་བ་ལྟ། །མཆོད་གནས་དགོན་མཆོག་ལྟ་འབུམ་དེ། །ད་ལྟ་བཞུགས་སམ་མི་  
བཞུགས་བ་ལྟ། །བྱུང་བར་ལུས་སེམས་བསྐྱེད་པའི་མ། །བརྟན་ས་བཟོད་སྒྲགས་མི་གཏེར་  
བས། །ལན་གཅིག་ཡུལ་དུ་གཏོང་བར་ལྟ། །ཞབས་སྤྱིར་ལྷུང་དུ་འོང་བར་ལྟ། །ཞུས་  
པས། སྒྲ་མའི་ཞལ་ནས། བུ་ཁྱོད། །ཁྱོད་དང་པོར་ངའི་སར་སྟེབས་པའི་  
ཆོ། ཡུལ་དང་ཉི་འཁོར་འཕྲེང་དགོས་མེད་པའི་གཏམ་ཞིག་འདུག་པ་ལ། དེ་ཡོད་དོ་མང་པོ་  
རང་འདུག་སྟེ། ཡུལ་དུ་ཕྱིན་དུང་ཨ་མ་ངང་འཕྲད་པ་དཀའ་ །གཞན་རྣམས་ཀྱང་ཐང་ཀར་ཨོ་

འོང་མི་ཤེས། དབུས་གཙང་གི་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་ལྟར་ལོ་ལྟར་འདྲུག་ འདིར་ཡང་ལོ་མང་པོ་  
 རང་སོང་། དེ་འགྲོ་ན་རང་བཟང་བས་ཆོག་སྟེ། སྤྱིས་འདིར་འོང་སྤྱིས་བྱས་རུང་། བྱོད་  
 འདིར་ལུ་བཟུལ་དུ་འོངས་པ་དང་། རག་ཉིད་དུ་སོང་བ་ཐུག་པ་དེ། རང་རེ་པ་བུ་ཆོའདིར་  
 མི་འབྲུད་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན། འོན་ཀྱང་མཁའ་ལ་ཉི་མ་ཤར་བ་འདི། བྱོད་ཀྱིས་སངས་རྒྱུས་  
 ཀྱི་བསྟན་པ་ཉིན་མོར་བྱེད་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན། བྱོད་པར་ངའི་མགོ་ལ་ཉི་མ་ཤར་བ་འདི་སྟུག་  
 བརྒྱད་ཀྱི་བསྟན་པ་དར་རྒྱས་སུ་བྱེད་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན། བདག་མེད་མས་ཆོག་སྟེ་འཕྲོ་བའི་བྱོད་  
 འོངས་པ་འདི། བྱོད་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་ཟས་ཀྱིས་འཛོལ་བའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན། དག་ཏིང་བལ་ས་  
 འོས་མི་འདུག་པས། བདག་མེད་མས་ཆོད་པ་བཟང་པོ་ཞིག་ཤོ་མས་ཤིག་གསུངས། སྤྱིས་  
 དཀྱིལ་འཕྲོ་བའི་བཞེངས། ཡུལ་གྱིས་མཛོད་པ་བཞེངས་ནས། མཁའ་འགྲོ་སྟན་བརྒྱད་ཀྱི་སྟོན་  
 ལམ་བཟུང་དཔང་དང་། གྲོ་ལ་ལམ་གྱི་གདམས་ངག་གཞན་ལ་མ་གྲགས་པའི་ཆོག་བརྒྱད་  
 རྣམས་རྟོགས་པར་གནང་ནས། འོ་ལགས་སོ། གདམས་ངག་འདི་རྣམས་ང་ལ་ཇོ་བོ་རྣམ་  
 པས་བྱོད་རང་ལ་སྟེར་དགོས་པའི་ལུང་བསྟན་ཡོད་པས་བྱིན་པ་ཡིན། བྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་མཁའ་  
 འགོས་ལུང་བསྟན་པའི་སྟོབས་ཐོག་མར་གང་བྱུང་བཞིག་ལ་རྒྱུད་པ་བཅུ་གསུམ་མ་རྟོགས་ཀྱི་  
 བར་དུ་ཆོག་བརྒྱད་ཀྱི་རྒྱས་ཐོབ་ལ་བྱིན་ཞིག །ཞན་ཡང་གདམས་ངག་རྣམས་ཟས་ནོར་དང་ཆོ་  
 འདིའི་ངོ་དགའི་བྱིར་དུ་བྱིན་ན་མཁའ་འགྲོའི་བཀའ་ཆད་འོང་བས་དམ་པར་གྱིས་ལ་ཉམས་སུ་  
 ལོངས། སྤྱིས་ལྟན་གྱི་སྟོབས་བྱུང་ན་ཟང་ཟིང་གི་འབྲུལ་བ་མེད་རུང་དཔང་དང་གདམས་ངག་  
 གིས་རྟོགས་སུ་བྱུངས་ལ་བསྟན་པ་སྟེལ་ཅིག ཏི་ལོས་ཇོ་བོ་རྣམ་པ་ཆར་བཅད་པའམ། ངས་  
 བྱོད་རང་ཆར་གཙོད་པ་ལྟར་བྱས་ན་སྟོང་མན་རྣམས་ལ་པན་མི་ཐོགས་པས་དེ་ལུགས་ཀྱི་ཆོས་  
 སྟོན་མཆོམས་གྱིས། རྒྱལ་རན་ཆོས་འདིའི་ཆ་ལག་བཀའ་རྒྱུད་ལྟོད་པ་ལུས་མེད་མཁའ་  
 འགྲོའི་ཆོས་སྟོར་དགུ་ཡོད་པ་ལས། བཞིངས་བྱོད་རང་ལ་བསྟན་པ་ལྟར་ཡིན། དུང་ལྟ་





ཆེན་རྣམས་ཀྱིས་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པའི་རི་ཡིན་པས་དེ་ལ་སྒྲོམ་ས། གངས་ཏི་སེ་སངས་རྒྱས་  
 ཀྱིས་ལུང་བསྟན་པའི་རི་མོ་གངས་ཅན་དང་འཁོར་ལོ་སྒྲོམ་པའི་མོ་བྱང་ཡིན་པས་དེ་ལ་  
 སྒྲོམ་ས། ལ་སྤྱི་གངས་ར་ལུ་ལ་ཉི་ཤུ་ཅུ་བཞིའི་ལ་གྲུ་ལ་གོ་དུ་མ་རི་ཡིན་པས་དེ་ལ་  
 སྒྲོམ་ས། མང་ལུ་ལ་གྱི་རི་བོད་པ་ལ་འབར་དང་། བལ་ལུ་ལ་གྱི་ཡོལ་མོ་གངས་རམ་དོ་པ་ལ་པོ་  
 ཆེན་ལུང་བསྟན་པའི་གནས་ཡིན་པས་དེ་ལ་སྒྲོམ་ས། བྱིན་གྱི་རྒྱ་དབར་ཞིང་སྤྱོད་གི་མཁའ་  
 འགོ་བཞུགས་ཤིང་འདུ་བའི་གནས་ཡིན་པས་དེ་ལ་སྒྲོམ་ས། གཞན་ཡང་མི་མེད་ཀྱི་གནས་  
 མཐུན་རྒྱུ་གང་འཛོམས་དུ་སྒྲོམ་ས་ལ་སྐྱབ་པའི་རྒྱལ་མཚན་རྩལ་ཤིག་གསུང་། འཇར་ཤོགས་ན་གནས་  
 ཆེན་དེ་མི་ཀོ་འེ་དང་རྩ་རི་འབྲེལ་ནས་ཡོད་དེ། དེ་ད་ལྟ་ཞལ་འབྲེད་མ་རན། མ་འོངས་པ་ན་  
 ཁྱོད་ཀྱི་བུ་རྒྱུད་ཀྱིས་འཛིན་པ་ཞིག་འོང་བ་ཡིན། ཁྱོད་རང་ལུང་བསྟན་པའི་གནས་དེ་རྣམས་སུ་  
 སྐྱབ་པ་གཙོ་བོར་ཐོན་ཅིག་སྐྱབ་པ་རུས་ན་སྤྲུལ་མའི་ཞབས་ཏྲིག་པ་མའི་རིན་ལན། སེམས་  
 ཅན་གྱི་འགོ་དོན་རྣམས་དེ་ཀ་རང་གིས་གྲུབ་པ་ཡིན། སྐྱབ་པ་མ་རུས་ན་ཆོ་རིང་པོ་ལས་ངན་  
 གསོག་ཆེ་བ་ལས་མེད་པས། ཆོ་འདིའི་འདུན་ཐག་སྐྱུངས་ལ། ཆོ་འདིའི་དོན་དུ་གཉེར་བའི་མི་  
 དང་ལ་བ་མ་བྱེད་པར་སྐྱབ་པ་ལ་འབྲངས་ཤིག་གསུངས། སྤྱན་ཆབ་ཉིལ་མཛད་ནས། བྱུང་  
 རང་རེ་པ་བྱ་གཉིས་ཆོ་འདིར་མི་འཕྲད་པར་འདུག་པས། ངས་ཀྱང་ཁྱོད་མ་བཟེད་པར་  
 བྱེད། ཁྱོད་རང་ཡང་ང་མ་བཟེད་པར་གྱིས། དེ་ལྟར་བྱས་པས་སྤྱི་མ་དག་པ་མཁའ་སྤྱོད་དུ་  
 འཕྲད་པར་ཐེ་ཆོམ་མེད་པས་དག་འབར་གྱིས། དུས་རེ་ཞིག་ན་རྒྱུད་གི་གཤམས་ཤིག་འོང་བར་  
 འདུག་པས་དེ་བྱུང་ཆོ་འདི་ལ་ལྟོས་དེ་བར་མ་ལྟག་སུང་། ཐུམ་བྱས་པའི་ཤོག་དྲིལ་ལ་ཆའི་དམ་  
 ཁ་སྐྱར་བཞིག་གནང་། དེའི་དུས་ཀྱི་སྤྲུལ་མའི་གསུང་རྣམས་ཤིན་ཏུ་སེམས་ལ་པན་ཞིང་ཡིད་ལ་  
 འཇགས་པ་ཞིག་བྱུང་བས། བྱིས་གསུང་རེ་རེ་བྲན་པ་ཙམ་གྱིས་དགོ་སྤྱོད་ཤིང་ཆེ་ཆེ་ལ་སོང་།

དེ་ནས་སྤྲུལ་མའི་ཞབས་ནས་བདག་མེད་མ། བྲངས་པར་མི་ལ་རྩི་རྒྱལ་མཚན་འགོ་བའི་  
 བྲལ་བ་གྱིས། ཡིད་སྤྱོད་ཞིག་འོང་རུང་སྤྱེལ་མ་ལ་འགོ་དགོས་གསུངས་། ང་ལ་ཁྱོད་རང་དོ་

རྒྱལ་པོ་མའུ་ཉི་ལ། བ་བུ་སྒྲིང་མོ་བྱེད་པ་ཡིན་གསུངས། ར་ཡང་སྒྲིང་མའི་བྱང་དུ་ཉལ་  
བས། དེར་ཡུམ་ཡང་ཐེབས་བྱུང་སྟེ། སྤྱགས་སྒྲོ་བའི་ཉམས་མང་པོ་མཛད་ཅིང་བལྟམས་  
པས། སྒྲིང་མའི་ཞལ་ནས། བདག་མེད་མ་དུ་དོན་གཤམ་ཡོད། ཁོ་སྒྲིང་མའི་བྱང་དུ་སྒྲན་བརྒྱུད་  
ཀྱི་གདམས་ངག་ཟབ་མོ་རྣམས་ཐོབ་ནས། རི་ཁྲོད་ལ་སྒྲོ་མ་དུ་འགྲོ་བ་ལ་དུ་ཅི་དགོས། དེ་བས་  
སྒྲིར་སེམས་ཅན་རྣམས་སངས་རྒྱལ་ཡིན་པ་ལ་རང་གིས་རང་མ་རིག་པར་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་ངང་  
ལ་འཛི་བ་རྣམས་དང་། ཁྱད་པར་མི་ལུས་ཐོབ་ནས་ཆོས་མེད་དུ་འཛི་བ་འདི་རྣམས་ལ་  
བསམས་ན་དུ་གྲོ། དེ་ལ་དུ་ན་ཁྲོད་ལ་རྟག་དུ་དགོས་པར་འདུག་གསུངས།

ཡུམ་གྱི་ཞལ་ནས། དེ་དག་ལགས་ཏེ། དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲིང་མེད་རྟག་དུ་འོང་བ་དག་འཁོར་  
གདའ། ད་ལན་རང་ལས་སྒྲིལ་པའི་བྱུ་འཁོར་འདས་གཉིས་ཀ་ལ་སྒྲོ་གྲོས་རྒྱས་ཤིང་། རང་  
གཞན་གཉིས་ཀ་འི་དོན་གྲུབ་པ་དེ་དང་ཤི་བྲལ་བྱུང་། དད་བརྩོན་ཤེས་རབ་སྒྲིང་མེར་ལྷན་  
པ། གང་ཟེར་གྱི་ཁ་ལ་ཉན་པའི་བྱ་གདམས་བསམས་དུང་སྒྲོ་མེད་པ་འདི་དང་གསོན་བྲལ་  
བྱུང་བས་སེམས་སྒྲོ་བ་ལ་བཟོད་ཐབས་རང་མི་གདའ་ཞེས་ཁུས་ནས་ཆེར་བལྟམས་པས། ར་ནི་  
མཛི་མས་བརྒྱུད་ས་བརྒྱུད་པར་ཡོད། སྒྲིང་ཡང་སྤྱན་ཆབ་བསིལ་བས། དཔོན་སྒོ་བ་ཀུན་  
གཅིག་ལ་གཅིག་འཕྲེང་ཕྱིར་སྤྱགས་སྒྲོ་སྟེ་སྤྱན་ཆབ་ཤོར་བས་གསུང་སྒྲིང་མ་བྱུང་།

ནངས་པར་ནམ་ལངས་པ་དང་། ཆོགས་ཆས་བཟང་པོ་བསྐྱམས་ནས་དཔོན་སྒོ་བ་བརྩ་  
གསུམ་ཙམ་གྱིས། ཚ་ལམ་གཅིག་གི་བར་སྐྱེལ་མ་མཛད་པའི་ལམ་བར་ལ་ཀུན་གྱིས་སྤྱགས་  
འཕྲེང་བའི་སྒྲོ་ཤས། གསུང་འཕྲེང་བའི་སྒྲིང་གཏམ། སྒྲིང་འཕྲེང་བའི་རྣམ་འགྱུར་མང་པོ་  
མཛད་ཅིང་བྱོན།

དེ་ནས་ཆོས་ལ་སྤང་ཞེས་བྱ་བ་ཕྱོགས་ཀུན་གསལ་བའི་ལ་ཁཞིག་དུ་ཆོགས་འཁོར་  
བཟང་པོ་མཛད་པའི་གྲལ་དུ། སྒྲིང་སངས་འཇིག་པ་ཕྱག་གིས་བཟུང་སྟེ། བྱུ་ཁྲོད་དཔུས་གཙང་  
ཕྱོགས་སུ་འགྲོ་བ་ལ་ གཙང་སིལ་མ་ལ་ལ་སོགས་པ་འདི་ཀུན་རྟག་ཉེ་ཆེན་པོ་ཡོང་།

པམ། གྲོགས་བཟང་པོ་ཞིག་དང་བསྐྱེད་པའི་ནམས་གཏོང་སྒྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ། གཅིག་དུང་འགྲོ་བ་  
 ཞིག་འདྲ་བུ་དང་། འོན་ཀྱང་དཔལ་སྒྲུབ་ཡི་དམ་ལ་གསོལ་བ་གདབ། མཁུ་འགྲོ་ཆོས་སྒྲོང་ལ་  
 བཀའ་བསྒྲོ། བྱེད་ལམ་བར་ལ་བར་ཆད་མི་འོང་བ་བྱེད། ཁྱོད་རང་ཡང་སྒྲོང་ལམ་གཟབ་པ་  
 གལ་ཆེ། ད་ཁྱོད་འདི་ནས་སྒྲུབ་རྒྱུ་ཡི་དུང་དུ་སོང་ལ། གདམས་དག་རྒྱུ་མཁུ་ལ་གོ་བ་སྒྲུབ་  
 གྱིས་ལ་ཁྱོད་པར་ཅི་འདྲ་གཏོས། དེ་ནས་ཡར་རྒྱུར་དུ་སོང་ལ། ཡུལ་དུ་འང་ཞག་བདུན་ལས་  
 མང་བ་མ་སྒྲོང་བར། རི་ཁྱོད་ལ་སྒྲུབ་པ་གཙོ་བོར་ཐོན་ཅིག་ རང་གཞན་ཀུན་གྱི་དོན་ཡིན་ནོ་  
 གསུང་བ་ལ། དཔལ་ལྷན་གཙང་ལ་ཡར་འགྲོ་བའི་སྒྲུབ་པ་ལོ། །

རྩོམ་མཁན་གྱི་དོ་བོ་རྩོམ་པ་ལོ། ། སྒྲུབ་ལན་ཞིག་གཙང་ཕྱོགས་ཡར་ལ་འགྲོ། །  
 འབངས་ལན་ཞིག་ཡུལ་དུ་འགྲོ་བ་ལ། བསྒྲུབ་རྒྱུ་ཡི་བཀའ་དོན་གྱིས། གཙང་སེམས་ལ་  
 ཡི་ལ་ཅེན། བརྟན་མ་བརྟུ་གཉིས་ཀྱི་བསུ་བ་ཡོད། རྩོམ་མཁན་ལ་གསོལ་བ་  
 འདེབས། རྒྱུ་ལྟོང་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་འཆོལ། གནས་གསུམ་མཁུ་འགྲོ་བའི་སྒྲུབ་པ་  
 ཡོད། གྲོགས་བྱང་རྒྱུ་ལ་སེམས་དང་འགྲོགས་ནས་འགྲོ། བསུ་མར་ལྷ་མིན་སྒྲུབ་བརྒྱུ་  
 ཡོད། སྒྲུབ་བདག་ཡི་འཛིགས་དང་བྲལ། འོན་ཀྱང་ལུ་འབྱུང་བ་ལ། འདི་ཕྱི་གཉིས་  
 ཀྱི་སྒྲུབ་བསུ་ལ། བར་ཆད་ཆེན་གྱི་བསྒྲོག་པ་ལ། ལུས་དག་སེམས་ལ་བསྒྲུང་བ་ལ།  
 སྒྲོན་ལམ་ཐུགས་ཁུར་རྟེན་འབྲེལ་ལ། ཐུགས་རྩོམ་པའི་དབང་བསྒྲུབ་ལ། རྒྱུ་ལྟོང་མན་  
 དག་གི་རྒྱུ་ལྟོང་ལ། ཆོ་རིད་མེད་ཀྱི་བཀའ་ལོས་ལ། སྒྲུབ་པའི་སྒྲིད་སྒྲུག་ཁྱོད་རང་  
 མཁུ་ལ། རི་ཁྱོད་ཐུབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྒྱུ་ལ། ཞེས་ལུས།

སྒྲུབ་པའི་ཞུས་པ། རུ་དེ་རྒྱུ་ལ་ཡིན། བརྟན་དཔལ་ཁྱོད་རང་ལ་འཆད་པའི་སྒྲིང་  
 གཏམ་གྱི་ཐམ་འདི་རྒྱུ་ལ་མཁུ་ལ་ཆོངས་པའི་གསུངས། རྒྱུ་ལྟོང་མན་གོ་ཐོག་  
 ཏུ་བཞག་ནས་མཁུ་ལྟོང་འདི་གསུངས་པོ། །



རྟོག་མཁུམས་ལ་བྱུག་འཆོལ་ལོ། །ལས་ཅན་ཆོས་དང་མཐུན་པའི་བྱ། །ཆོས་སྐྱུ་  
 སངས་རྒྱལ་འགྲུབ་པར་ཤོག། དག་རྟོག་འཁྲུག་པ་བདུད་རྩིའི་རོལ། །རྟོག་འབྲེལ་ལོངས་  
 སྐྱུར་འགྲུབ་པར་ཤོག། །མེམས་ཅུ་བ་བྱུང་རྒྱབ་སྟོང་པོ་ལ། །སྐུ་ལ་སྐུའི་ལོ་འདུབ་རྒྱལ་པར་  
 ཤོག། །སྐུ་མའི་བཀའ་ཆོག་རྟོག་འཁྲུག་སྟུང་། །སྐྱིད་ལ་བཞེད་མེད་གནས་པར་ཤོག། །ཡིད་མ་  
 མཁའ་འགྲོའི་བྱིན་རྒྱལ་པར་། །སྟོག་གི་རྩ་བར་གནས་པར་ཤོག། །ཆོས་སྟོང་སྐྱུང་མའི་རྒྱབ་  
 རྟོན་དེས། །འབྲེལ་བ་མེད་པར་སྟོང་བར་ཤོག། །རྟོག་འབྲེལ་ཟབ་མོའི་སྟོན་ལ་མཛད། །སྐྱུར་བ་  
 ཉིད་འགྲུབ་པར་ཤོག། །ཆོས་མཛེད་ཀུན་གྱི་བྱུག་པ་རྟོག་དེས། །དུས་གསུམ་ཀུན་ཏུ་འཛིན་པར་  
 ཤོག། །གཙང་མིལ་མཁའ་ཡི་ལ་ཐོག་ཏུ། །བརྟན་མ་བརྟུག་ཉེས་ཀྱི་བསུམ་ཡོད། །སངས་རྒྱལ་  
 འགྲོ་བའི་ལམ་བར་ལ། །དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོའི་སྐུ་ལ་མ་ཡོད། །པ་ཡུལ་ཞེན་པའི་མཁའ་  
 ཞིང་ན། །མི་རྟག་སྐྱུ་མའི་སྟོབ་དཔོན་ཡོད། །ཨ་མེས་སྤོང་མའི་ཉེ་འཁོར་ལ། །སྐྱུ་མ་ཞིག་པའི་  
 སྟོབ་དཔོན་ཡོད། །མི་མེད་ལུང་པའི་བྲག་ལུག་ན། །འཁོར་འདས་བཞེ་བའི་ཆོང་འདུས་  
 ཡོད། །སྐྱིད་རུས་ལུས་ཀྱི་དགོན་པ་ན། །ལྷ་བདེ་གཤེགས་འདུས་པའི་མཆོད་ཁང་ཡོད། །  
 བད་མེད་ཟུལ་ལོ་ཆོགས་འཁོར་ལ། །མཁའ་འགྲོ་མཉེས་པའི་བདུད་རྩི་ཡོད། །འཕྲུལ་འཁོར་  
 གནད་ཀྱི་ཁབ་སྐྱུར་ལ། །འབྲས་རིན་ཆེན་སྐྱེ་བའི་སོན་མ་ཡོད། །ཡུལ་མི་རྩིས་རྒྱུད་བའི་རང་  
 ཡུལ་དེར། །འབྲས་གཡེང་བ་མེད་པའི་དག་སྟོར་ཡོད། །མཚམས་དམ་པའི་མེད་ཁྱིམ་དེ་  
 བ། །རྟོགས་རྒྱུར་དུ་མཐོང་བའི་སྟོན་མེ་ཡོད། །ཟས་དགོར་ཟས་མེད་པའི་རང་ཟས་ལ། །  
 བདེ་བ་ལྷ་ཡི་མཁའ་པལ་ཡོད། །གྲིབ་མེད་ལྷ་ཡི་གཞལ་ཡས་ན། །རང་དོན་གྲུབ་པའི་ལྷ་དཔོན་  
 ཡོད། །ངོ་སྟོག་མེད་པའི་ལྷ་ཆོས་ལ། །དམ་ཆོག་གཙང་མའི་འཕྲིན་ལས་ཡོད། །བཀའ་  
 བཞིན་སྐྱུབ་པའི་སོན་མ་ལ། །དངོས་གྲུབ་ཀུན་གྱི་གཏེར་ལ་ཡོད། །དམ་ཆོས་མཁའ་འགྲོའི་  
 སྟོག་སྟོང་ལ། །འཁོར་འདས་བྱེས་པའི་སོ་མཚམས་ཡོད། །མར་བའི་རྩ་བུ་རྒྱུད་ལ། །

གངས་སྒྲན་མང་པོའི་འོང་སྒྲོ་ཡོད། མི་ལ་རས་པའི་སྒྲིང་རུས་ལ། སངས་རྒྱལ་བསྐྱན་པའི་  
 སྒྲོག་ཤིང་ཡོད། སྒྲོག་ཤིང་འཛིན་པའི་སྒྲུལ་བྱ་ལ། རྒྱུད་པ་བཟང་པོའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག །  
 བཀྲ་ཤིས་རྒྱུ་མའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག ཡི་དམ་བཟང་པོའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག བདེ་དབྱེས་གསང་  
 གསུམ་བཀྲ་ཤིས་ཤོག འཕྲུལ་བཟང་པོའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག མཁའ་འགྲོའི་སྒྲོག་སྒྲིང་བཀྲ་  
 ཤིས་ཤོག མཁའ་འགྲོ་བཟང་པོའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག གནས་གསུམ་མཁའ་འགྲོའི་བཀྲ་ཤིས་  
 ཤོག ཆོས་སྒྲིང་བཟང་པོའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག འདྲུ་མོ་ལྷ་མོའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག འཕྲུ་  
 བཟང་པོའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག བཀྲ་ཤིས་སྒྲིང་བཀྲ་ཤིས་ཤོག བཀྲ་ཤིས་སྒྲིང་བཀྲ་  
 བཟང་པོའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག བཀྲ་ཤིས་མི་འགྲུར་བརྟན་པར་ཤོག འོན་དེ་དག་མ་བཟོད་ཉམས་སུ་  
 ཡོངས། ཞེས་གསུང་ཞིང་དབྱེས་དབྱེས་མཛད།

དེ་ནས་ཡུམ་གྱིས་ལམ་ཆས་བཟང་པོ་དང་གོས་ལྷུ་མ་སོ་མ་རྣམས་གནང་སྟེ། འདི་  
 རྣམས་བཟང་ཐོང་གི་འཛིངས་མཆོད་པ་ཙམ་ཡིན། འདི་འོ་ཅག་མ་གྲུ་གཉིས་ཀྱི་ཆོ་འདིའི་འབྲེལ་ཐག་  
 གི་མཐུག་མ་གྱིས། འདྲུ་ཤི་ལེགས་སྒྲིང་ཆོག་གསུང་གི་དང་ནས་བཞུད་པར་ལུ། སྒྲིང་ལྷ་རྒྱུ་  
 མཁའ་སྒྲིང་དུ་མཛུགས་པའི་སྒྲིང་ལམ་འདེབས། ཆོས་ཀྱི་འཛིངས་ལ་ལམ་མའི་སྒྲིང་གང་མ་འདི་  
 རྣམས་ཀྱང་མ་བཟོད་པ་གྱིས་ཤིག་གསུངས། ཀུན་ལ་བདུད་རྩིས་བཀྲ་ཤིས་སྒྲིང་བཟང་དང་  
 བཟང་པ་གནང་སྟེ། ཡུམ་གྱིས་མགྲུང་འདི་བཞེས་སོ། །

དྲིན་ཅན་མང་པོའི་ཞབས་ལ་འདུད། འདྲུ་སྒྲིང་རུས་ཅན་གྱི་སྒྲིང་བསྐྱན་ཅན། བྱི་ཐག་  
 རིང་ཞིང་དང་རིང་པོ། སྒྲིང་བཟང་གི་སྒྲིང་ཞི། སྒྲིང་མའི་བདུད་རྩི་ཡོ་ཤེས་ཆང་ །  
 རོ་མས་པར་འཐུང་ལ་བཞུད་པར་ལུ། བྱི་མ་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་སུ། རོ་ཤེས་བཞུད་  
 འཐུང་པར་སྒྲིང་། སྒྲིང་མ་གཉིས་མ་བཟོད་པར། གསོལ་བ་ཡང་ཡང་འོ་དོ་བོས་ །  
 སྒྲིང་ལ་ཐན་པའི་གང་མས་དག་ཟས། འགྲུངས་པར་བཞུད་པར་ལུ། བྱི་མ་དག་པའི་  
 ཞིང་ཁམས་སུ། རོ་ཤེས་བཞུད་འཐུང་པར་སྒྲིང་ དྲིན་ཅན་མ་མཁའ་བཟོད་པར་ བཀྲ་

དྲིན་སེམས་ཤིང་སྤྲིང་རུས་མཛོད། །མཁའ་འགྲོའི་ཁ་སྒྲུང་ས་ཟབ་མོའི་གོས། །རྫོགས་ཀྱིན་  
 ཞིང་བཟུང་པར་ལྷ། །སྤྱི་མ་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་སུ། །ངོ་ཤེས་བཞིན་དུ་འཕྲད་པར་སྒྲོན། །  
 མ་རུས་སེམས་ཅན་མ་བཟེད་པར། །རང་སེམས་བྱང་རྒྱལ་ལམ་ལ་རྒྱག། །ཐེག་ཆེན་སེམས་  
 བསྐྱེད་བསྟན་པའི་ཁུར། །ཆེ་བར་སྒྲོ་མས་ལ་བཟུང་པར་ལྷ། །སྤྱི་མ་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་  
 སུ། །ངོ་ཤེས་བཞིན་དུ་འཕྲད་པར་སྒྲོན། །སྐལ་བ་བཟང་མོའི་བདག་མེད་མས། །བྱུང་སྤྲིང་  
 གཏམ་བསྐྱལ་བ་རྣམས། །བྱུས་ཀྱང་མ་བཟེད་སྤྲིང་ལ་བྱུངས། །ཁས་ཀྱང་ཡིད་ལ་རྩར་རེ་  
 བྱེད། །སེམས་ཡིད་མཐུན་པའི་མ་བྱ་གཉིས། །སྤྱི་མ་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་སུ། །ངོ་ཤེས་  
 བཞིན་དུ་འཕྲད་པར་སྒྲོན། །སྒྲོན་པ་བཞིན་དུ་འགྲུབ་པར་ཤོག། །དྲིན་ལན་ཆོས་ཀྱིས་འཁོར་  
 བར་ཤོག། །ཅེས་གསུང་ཞིང་སྤྱན་རྒྱལ་མང་པོ་བསིལ།

དེར་ཆོག་ས་པ་ཀུན་སྤྱན་རྒྱལ་བསིལ་ཞིང་ཐུགས་སྒྲོལ་བའི་རྣམ་འགྱུར་མང་པོ་མཛད་ཅིང་  
 གདའ། རས་ཀྱང་ཡབ་ཡུམ་གཉིས་ལ་སྤྱི་ཕྱག་ཕྱུལ་ཞབས་སྤྱི་བོར་བྱངས། །དབང་ལུས་སྒྲོན་  
 ལམ་བཏབ་ནས། །ཇི་སྤྱིང་སྒྲུ་མའི་ཞལ་རས་མ་མཐོང་གི་བར་ལ་སྤྱི་འགྲོས་ཀྱིས་འོངས་  
 པས། །འཁོར་བཅས་ཀུན་སྤྱན་རྒྱལ་ཉི་ལོང་ལ་གཟིགས་པ་མཐོང་བས་འོང་མི་ཤོད་པ་ཅེས་པ་  
 ཞིག་བྱུང་།

དེ་ནས་རྒྱ་མ་ཡབ་ཡུམ་མི་མཐོང་བ་དང་ཐད་སོར་སྤྱིན་ནས་ལུང་པ་ཞིག་བརྒྱལ་ཏེ་སྤྱི་  
 མིག་ཅིག་བལྟས་པས། །རྒྱ་མ་འཁོར་བཅས་ལ་ཁ་དེ་ཀ་ན་སྤྱག་ཕུང་དེ་བཞུགས་འདུག་  
 པས། །སེམས་འཕྲེང་དྲགས་ལོག་གམ་སྒྲུམ་པའི་ངང་ནས། །ཡང་བསམ་མནོ་ཞིག་བཏང་  
 བས་ །གདམས་ངག་རྣམས་ནི་རྫོགས་པར་ཐོབ་ །ཆོས་མིན་པའི་ལས་ནི་གང་དུ་འང་མི་  
 བྱེད། །རྒྱ་མ་ནི་འབྲལ་མེད་དུ་གཙུག་རུ་བསྒྲོ་མས་པས་ཆོག་ཅིང་ །སྤྱི་མ་དག་པའི་ཞིང་དུ་  
 མཛལ་བའི་ཞལ་བཞེས་བཟང་པོ་ཡང་ཡོད་ །རེ་ཞིག་ལུས་སེམས་བསྐྱེད་པའི་མ་ངང་འཕྲད་  
 པར་བྱས་ནས་ཡང་རྒྱ་མའི་དུང་དུ་འོངས་པ་ས་ཆོག་སྒྲུམ་ །ཡིད་སྒྲོ་ཆོང་དེ་བཞིས་ལ་ལམ་དུ་

ཞུགས་ནས། སྤྱི་མཐོག་པའི་བྱེད་ཀྱིན། གདམས་ངག་རྣམས་གོ་བསྐྱར་བས། རྒྱུད་ཀྱི་  
བཤད་པ་ལ་ཁོང་ལྷག་པར་འདུག ཉམས་ལེན་ལ་ང་རང་ཞན་རྒྱུ་མི་འདུག རྒྱུད་པར་མ་ཁལ་  
འགོ་སྒྲན་བརྒྱུད་ཀྱིས་ང་རང་ལྷག་པར་འདུག དེ་ནས་ཕྱག་བྱས་སྒོ་ནི་ལམ་བཟང་ནས་ང་རང་གི་  
ཡུལ་དུ་འོངས་པས། ཞག་གསུམ་ལ་སླེབས་ཏེ། རྒྱུད་གི་རུས་པ་ཡང་དག་འར་བ་ཡིན་སྟེ།  
པའི་རང་མཐོང་བྱུང་གསུངས།

གདམས་ངག་སྒྲིལ་རང་བྱུང་ཚུངས་མནལ་ལམ་གྱི་བཅས་བསྐྱུལ་བས། ཆིག་རྒྱུད་  
ཀྱི་གདམས་ངག་ཐོབ་སྟེ། སྤྱི་མཐོག་ནས་རང་ཡུལ་དུ་ཕེབས་པའི་མཛེད་པ་སྟེ་ལྟ་བུ་ལོ།

## དུག་པ། སྐབ་པ་ལ་ཡི་དམ་བཅས་པ།

ཡང་རས་རྒྱུད་པས། སྤྱི་མཐོག་བཅུན་འཁྱུངས་ཡུལ་དུ་ཕེབས་དུས་མནལ་ལམ་བཞིན་  
བྱུང་ངམ་ཡུམ་དང་མཇལ་ཞུས་པས།

རྩོམ་མཁའ་ཀྱི་ཞལ་ནས། ངན་པའི་མི་ལམ་མཐོང་བ་བཞིན་མ་དང་འཕྲད་པའི་སྐྱུལ་བམ་  
བྱུང་གསུངས། ཡང་རས་རྒྱུད་པས། འོན་ཏེ་བཅུན་ཀྱིས་གཟིམས་ཁང་དུ་བྱོན་ལུགས་གང་  
ལྟར་མཛེད། ཐོག་མར་ཡུལ་མི་ཇི་འདྲ་དང་མཇལ་ཞུས་པས། ངས་ཐོག་མར་ལུང་པའི་ཕུ་  
དེར་རང་གི་ཁང་པ་མཐོངས་ཞིག་ཏུ་ཕྱགས་ཇི་མང་པོ་འདུག་པ་ལ། ཡུལ་རྣམས་ཀྱི་མི་ང་  
དང་། དེ་ནི་ཡོན་བདག་ཇི་འདྲ་ཡོད་ཅེས་འདྲི་བ་ལྟར་བྱས་པས། ཞིབ་པར་བཤད་བྱུང་། དེ་  
ནས་དེ་རང་གི་ཁང་པ་ལ་གཏད་ནས། ཡུལ་མ་གི་ལ་ཅི་ཟེར། ཡོན་བདག་ཇི་སྐད་བྱུང་ཡོད་  
བྱས་པས་མ་གི་ལ་ག་བཞིག་དུང་བརྒྱུད་ཟེར་ཏེ། ཡོན་བདག་འདྲེ་མིན་པ་ཅི་ཡང་མེད་ཟེར། མ་  
གི་འདྲི་མི་རྣམས་ཀྱི་བའམ་ཡུལ་ཐོན་ཞེས་ཞིབ་ཏུ་དྲིས་པས། མ་གི་དང་པོ་མི་ལུང་པ་འདྲིན་  
ཕྱག་པ་ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན་པར་འདུག་སྟེ། བར་དུ་བྱ་གཅིག་པོ་རང་ཞིག་བྱུང་བའི་པ་འཆིབས་སྟེ།

བ་དང་། ཁ་ཆེམས་འཛོག་ལུགས་མ་བྱུང་བར། བ་ཤི་རྟིང་བྱ་གཅིག་པོ་འོ་རྟོ་རྟོ་པ་ཆོན་  
 གྱིས་འཕྲོགས། བྱ་གཅིག་པོ་ཆེར་སོང་ནས་སྒྲོད་བྱས་རུང་མ་སྒྲུབ་པའི་ལན་དུ་ཁོས་མ་ཐུབ་པ་  
 སེར་བ་པ་པ་ནས་ཡུལ་འདི་ཐུང་དུ་བརྟུག། དེས་ད་དེད་ལུང་པའི་མི་ཁྱུ་ཁོའི་ཆོས་སྦྱང་ལ་  
 འཛིགས་བྲགས་ནས། ཞིང་ཁང་གི་ཕྱོགས་ལ་འགྲོ་བ་དག་ཨ་ཅང་ཆེ་སྟེ། མི་ག་ཁྱུང་ལྟ་  
 སོད་པ་ཅོམ་ཡོད། དེས་ན་ཁང་པ་མ་གཤིན་ནང་བྱ་གཅིག་པོ་འོ་མའི་རོ་དང་འདྲེ་སྒྲོད་ཅིང་  
 ཡོད། སྤིང་མོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ཨ་མའི་རོ་བོར་ནས་ག་ཤིང་སྒྲུབ་དུ་སོང་ནས་མེད། དེ་ཁོར་  
 ཤི་བ་ཡིན་ནམ་སྐད་ཅི་ཡང་མི་འདུག། རྣལ་འབྱོར་པ་རང་འགྲོ་རྣམས་ན་ཁང་པ་མ་གཤིན་ནང་  
 ཆོས་ཡོད་ཟེར་ལྟོས་ཤོག་དང་ཟེར་བས། དེ་འདྲ་བྱུང་ནས་ཅི་ཅོམ་སོང་བྱས་པས། མ་ཤིན་  
 ལོ་བརྒྱད་ཅོམ་སོང་། མ་ཐུབ་དང་སེར་བ་བྱུང་བ་དྲན་ཅོམ་འདུག། ག་ཞན་ཐོས་ལོ་ལས་མེད་ཟེར་  
 བས། ཁོང་རྣམས་འདི་ཆོས་སྦྱང་ལ་འཛིགས་པར་ཡོད་འདུག་པས། ང་ལ་ག་ཞོད་པ་བྱེད་མི་  
 རུས་པར་འདུག་སྟེ་པ་དང་། མ་ཞན་ཤི་བ་དང་སྤིང་མོ་འབྱུར་བས་ཁོ་ཐག་ཆོད་ནས། ཡིད་  
 ཤིན་ཏུ་སྒྲོ་བ་ཞིག་བྱུང་སྟེ། ཉི་མ་མ་རུབ་བར་སྒྲོག་ཅིག་ཏུ་ཁྱེད་བསྐྱེད། ཉི་མ་དམར་ཐག་  
 ཆོད་པ་དང་ཡུལ་དུ་ཕྱིན་པས། མི་ལམ་དུ་ཇི་ལྟར་བྱུང་བ་ལྟར་ཕྱི་འོ་ཞིང་འཇག་སྐྱུས་  
 འཕྱར། ཁང་པ་ལྷ་ཁང་འབྲུབ་དེ་པལ། བྱང་དུ་ཕྱིན་པས། དམ་ཆོས་དགོན་མ་ཆོག་བཅུགས་  
 པ་དེ་ཐིགས་པ་དང་ས་སུད་གྱིས་གཏུངས། བྱུང་དུ་བྱི་བའི་བྱ་ནད་ཆོད་གཏུང་ན་བྱས་འདུག་  
 སྟེ། གང་ལ་བ་ལྟས་ཤིང་བསམས་རུང་ཡིད་སྒྲོ་བ་ཞིག་བྱུང་། དེ་ནས་གོ་ཁར་ཕྱིན་  
 པས། ལྷན་བ་དང་ས་འདྲེས་པའི་ཐུང་པོ་ཞིག་ལ་སྒྲེ་མང་པོ་སྒྲིས་འདུག་པ་དེ་བླངས་པས། མི་  
 རུས་མང་པོ་སྒྲུ་བྲོལ་ཐོན་བྱུང་བས། མའི་རུས་པ་ཡིན་པར་ཤེས་ཏེ། དྲན་བྲགས་ཡིད་སྒྲོ་བས་  
 བཟོད་བྲགས་མེད་པར་བསམ་མི་ཤེས་ཤིང་སྒྲུ་མི་ཐུབ་པའི་སྤིང་སྒྲུང་ལངས་ནས་དྲན་མེད་དུ་འགྲོ་  
 ཆོད་བྱུང་བས། དེ་མ་ཐག་སྒྲུ་མའི་གང་མས་ངག་དྲན་ནས། མའི་རྣམ་ཤེས་དང་དང་རང་གི་

སེམས་བསྐྱེས། དེ་བཀའ་བརྒྱུད་སྒྲུལ་འཁྱུགས་ཡེ་ཤེས་དང་བསྐྱེས་ཏེ། ཡམ་མའི་རུས་པ་ལ་  
 སྤྲུལ་བྱས། སྒྲོག་སྤྲུལ་སྐྱེད་ཅིག་ཀྱང་མ་གཏོགས་པར་འོད་གསལ་ལ་ལ་བསྐྱེད་པས། བ་མ་  
 གཉིས་ཀ་འཁོར་བའི་སྤྲུག་བསྤལ་ལས་གྲོལ་བའི་བདེན་པ་མཐོང་། ཞག་བདུན་སོང་བ་  
 དང་། ཉིང་འཛིན་ལས་ལངས་ཏེ། བསམ་སྒྲུལ་ཞིག་བཏང་བས། འཁོར་བམཐའ་དག་ལ་  
 སླིང་པོ་མེད་པར་ཁོ་ཐག་ཆོད་ནས། མའི་རུས་པ་འདི་ལ་ཆ་ཆ་ཞིག་བཏབ། དེའི་ཡོན་ཏུ་དཀོན་  
 བརྟེན་ལས་འདི་ཕྱལ་ལ། ང་རང་བྲག་དཀར་རྩ་སོར་གི་མ་གཤིད་ཉིན་མཆོམ་མེད་པར་སྦྱུབ་པ་  
 བྱེད་དགོས། ཆོས་བརྒྱུད་ཀྱི་སྤང་བ་ཤར་ན་ལྟེ་བས་ནས་ཤི་སྟོང་། སྤྱིད་ཆོས་ཀྱི་སྤང་བ་ཤར་ན་  
 མ་ཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྤྱིད་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ངའི་སྟོག་ཆོད་ཅིག་བྱས་ཡིད་ཀྱིས་དམ་བཅའ་བྲག་པོ་  
 ཡང་ཡང་བྱས་ནས། མའི་རུས་པ་དེ་རྣམས་བཏུས། དཀོན་བརྟེན་ལས་ཀྱིས་དང་བྱ་བུ་རྣམས་  
 བསལ་ཏེ་ཞབས་ཏྲུག་ལེགས་པ་ཞིག་ཕྱལ་བས། ཐེགས་པས་ཆེར་མ་སྒྲིན་པར་ཡིག་རྣམས་བྲ་  
 ལམ་མེའདུག་པས། དབུ་ཕྱེད་དེ་རྒྱབ་ཏུ་བྱེད། མའི་རུས་པ་རྣམས་ཐུབ་པར་བྱེད་ནས་ཡིད་སྦྱོ་  
 བ་ལ་ཆད་མེད་པ་ཞིག་གི་ངང་ནས་འཁོར་བ་ལ་སླིང་པོ་མེད་པར་ཁོ་ཐག་ཆོད་ནས། སླིང་པོའི་  
 ཆོས་བྱེད་པར་དམ་བཅའ་བ་ཕྱུ་མ་ཕྱེད་ཀྱི་འདི་སྤངས་སོ། །

ཆེ་མི་བསྐྱེད་ཀྱི་རོ་བོ་ཐུགས་ཆེ་ཅན། སྤྲུལ་མར་པའི་བཀའ་ལུང་བཞིན། ཤ་ཡུལ་  
 བདུད་ཀྱི་བཙོན་རུ། མི་རྟག་སྤྲུལ་མའི་སྒྲོབ་དཔོན་བྱུང་། སྒྲོབ་དཔོན་བཟང་པོ་འདི་ཉིད་  
 ལ། དེས་ཤེས་འདྲོངས་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། སྤྱིར་སྤང་ཞིང་སྤྱིད་པའི་ཆོས་རྣམས་  
 ཀུན། མི་རྟག་མི་བརྟན་འགྲུར་ཞིང་འགྲོ། སྒྲོས་འཁོར་བའི་ཆོས་ལ་སླིང་པོ་མེད། སླིང་པོ་  
 མེད་པའི་བྱ་བྱེད་པས། སླིང་པོའི་ལྷ་ཆོས་བྱེད་དུ་འགྲོ། དང་པོ་ཤ་ཡོད་ཅན་བྱུང་མེད། འུ་  
 ཡོད་ཅན་ཤ་ཡང་མེད། བཀའ་ཤིང་མ་རུང་སླིང་པོ་མེད། འུ་ར་སླིང་པོའི་ལྷ་ཆོས་  
 བྱེད། བྲག་དཀར་རྩ་སོར་སྒྲོམ་དུ་འགྲོ། མ་ཡོད་ཅན་བྱུང་མེད། འུ་ར་སླིང་པོའི་ལྷ་ཆོས་  
 བྱུ་མ། བཀའ་ཤིང་མ་རུང་སླིང་པོ་མེད། འུ་ར་སླིང་པོའི་ལྷ་ཆོས་བྱེད། བྲག་དཀར་རྩ་



ཟེར། ར་སྒྲེང་མོ་ལ་པ་ཁོམ་མེད། སྐྱབ་པ་ལ་རིངས་པ་ཡོད་བྱས་པས། འོན་དོན་ལྟ་  
བཞུགས་ནངས་པར་སྐྱབ་རྒྱགས་མཚན་པ་ཞིག་འབྱུང་བཟེང་བསྟུང་།

ཁོང་ན་རེ། བྱེད་དང་པོ་གཞིན་དུ་ས་མཐུས་དགྲ་བདུལ། ད་དར་ལ་བབ་ནས་ཆོས་  
རྣམ་དག་མཚན་པ་དོ་མཚར་ཆེ། མ་འོངས་པ་ན་སྐྱབ་ཐོབ་ཅིག་འོང་སྟེ་ཡོད། སྐྱམ་གང་འདྲ་  
ལ་གདམས་ངག་རིམ་འདྲ་ཐོབ་ཅེས་ཞིབ་དུ་འདྲི་རུ་བྱུང་བས། རྒྱལ་ས་ཆེན་ཐོབ་ལུགས་  
དང་། བྱེད་པར་མར་པ་དང་མཇུག་ལུགས་རྣམས་འཁོད་པས། དོ་མཚར་ཆེ་འདུག དེ་ལྟར་  
ཡིན་ན་བྱེད་རང་ཡང་ཁང་པ་ཞིག་གསོས་བྱས། མཛེས་སེལ་བ་དུ་བཞེས་ནས། སྐྱམ་འི་རྣམ་  
ཐར་སྐྱོང་བ་དྲག་ཟེར་བས། རའི་སྐྱམ་མར་པས་འགོ་བའི་དོན་དུ་ཡུམ་བཞེས་པར་གདའ། དེ་  
ལྟ་བུའི་བསམ་སྐྱོར་དང་རུས་པ་བདག་ལ་མེད་པས། སེང་གའི་སྤྱི་བཞིན་རི་བོང་མཚོངས་རུང་  
གཡང་ལ་ལྟངས་འཆི་བར་ངེས། སྤྱིར་གྱིས་ང་འཁོར་བ་ལ་ཡིད་སྐྱོན་སྐྱམ་མའི་གདམས་  
ངག་དང་སྐྱབ་པ་མིན་པ་གཞན་གང་གིས་ཀྱང་དགོས་པ་མེད་པའི་བསམ་པ་ཞིག་ཉལ་དུ་ཡོད་  
ཅིང་། ར་རྒྱེད་ལ་སྐྱབ་པ་བྱེད་པ་འདྲི་སྐྱམ་འི་ཞལ་ཏའི་མཐིལ་ཡང་ཡིན། རྣམ་ཐར་ཡང་དེ་  
ཀས་འཕྲོངས། ཐུགས་དགོངས་ཡང་སྐྱབ་པས་རྒྱལ་ས་པ་ཡོད། བསྐྱན་པ་དང་སེམས་ཅན་ལ་  
ཡང་སྐྱབ་པས་པན། པ་མ་ཡང་སྐྱབ་པས་འཕྲོངས། རང་དོན་ཡང་སྐྱབ་པས་འགྲུག། རས་  
སྐྱབ་པ་མིན་པ་གཞན་ཤེས་ཀྱང་མི་ཤེས། འོང་ཡང་མི་འོང། སེམས་ཀྱང་མི་སེམས་པར་  
གདའ། བྱེད་པར་ཡུལ་དུ་སྐྱེ་བས་ནས་པ་མས་ཁང་གཞིས་བཟུང། ཞོར་བས་གས་པའི་རྒྱེས་  
རྣམས་ཀྱི་དཔེས་གསལ་བཏབ་པས་སྐྱབ་པ་བྱེད་པའི་བསམ་པ་དྲག་དུ་རང་སོང་བས་ཁོང་ན་མི་  
འབར་བ་ཅོམ་གདའ། གཞན་སྐྱག་བསྐྱུལ་འདི་འདྲ་ཐོག་དུ་མ་བབ་པ་དང་། འཆི་བ་དང་རན་  
སོང་གི་སྐྱག་བསྐྱུལ་མ་དྲན་པ་རྣམས་ལ་སྤྱིད་ཆོས་ཀྱིས་ཆོག་པར་གདའ་སྟེ། བདག་ལྟོ་གོས་  
གཏམ་གསུམ་ལ་མ་ལྟོས་པའི་སྐྱབ་པ་བྱེད་སྐྱམ་པ་རྒྱེན་འདི་དག་གིས་བསྐྱུལ་ཞིང་དོན་འདི་  
རྣམས་ལགས་བྱས། མཆིམ་འབྲུག་བཞིན་པའི་དང་ནས་སྐྱུ་འདི་བྱངས་སོ། །



སྤྱི་མཆོག་མར་པའི་ཞབས་ལ་འདུད། །སྤྱང་མའོན་ཞེན་ལྷོག་པར་བྱིན་གྱིས་  
 རྫོབས། །ཀྱེ་མཀྱེ་མཀྱེ་ཏུད་ཀྱེ་ཏུད་ཨང་། །འཁོར་བའི་ཆོས་ལ་སྒོ་གཏད་བྱེད་པ་རྣམས། །  
 བསམས་ཤིང་བསམས་ཤིང་ཡི་ལྷག་ཡང་ཡང་ལྷང་། །སྤྱད་ཅིང་སྤྱད་ཅིང་སྤྲུག་བསྐལ་གཏིང་  
 ལས་འབྲུག། །བསྐྱོར་ཞིང་བསྐྱོར་ཞིང་འཁོར་བའི་གཏིང་ལ་འཕེན། །འདི་འདྲི་སྤྱིང་རྒྱང་  
 ལས་གྱིས་ཟིན་པ་རྣམས། །ཅུག་བྱེད་ཅུག་བྱེད་ཆོས་ལས་དྲག་པ་མེད། །ཐེ་མི་བསྐྱོད་གྱི་དོ་ཤོ་  
 རོ་རྩེ་འཆང་། །སྤྱང་རི་ཁོད་རྒྱབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །མི་རྟག་སྤྱུ་མའི་གོང་ཁྱེར་ན། །  
 ལྷལ་རིང་གི་མགོ་ན་ཤོ་སྤྱིང་རྒྱང་ལངས། །ཡུལ་ལ་མཆོན་ཅན་གྱང་ཐང་གི་སྐྱོར་ལུང་ལ། །  
 ལོར་ལུག་རྣམས་བར་འཁྱེད་ལ་ཐུག་ཏུ་བཟུང་། །འདི་ཡང་  
 མི་རྟག་སྤྱུ་མའི་དཔེ། །དཔེ་འདིས་ཀྱང་རྣལ་འབྱོར་ད་སྤྱབ་པ་བྱེད། །ཆང་མང་ཀ་བཞི་གཏུང་  
 བརྒྱད་དེ། །དུས་དེང་སངས་ལོང་གའི་ཡ་མག་ལ་འདྲ། །ཁལ་ཟུར་བཞི་ལོགས་བརྒྱད་ཅེ་དང་  
 དགུ། །དུས་དེང་སངས་ལོང་བྱེད་རྣལ་འདྲ། །འདི་ཡང་མི་རྟག་སྤྱུ་མའི་དཔེ། །དཔེ་འདིས་ཀྱང་  
 རྣལ་འབྱོར་ད་སྤྱབ་པ་བྱེད། །བཤོས་ཞིང་འོར་མ་གྲགས་ལུ་མེད། །དུས་དེང་སངས་འཇགས་མའི་  
 ཡུལ་དུ་སོང་། །གཉེན་ཉེ་བ་སྤྲུན་རེ་བ་རྣམས། །དུས་དེང་སངས་དགའ་བོར་དམག་ཏུ་  
 ལངས། །འདི་ཡང་མི་རྟག་སྤྱུ་མའི་དཔེ། །དཔེ་འདིས་ཀྱང་རྣལ་འབྱོར་ད་སྤྱབ་པ་བྱེད། །པ་  
 བཟང་མི་ལ་ཤེས་རྒྱལ་དེ། །དུས་དེང་སངས་བྱུང་བའི་རྩེས་ཀྱང་མེད། །ཨ་མ་སྤྱང་ཆོད་ཀར་རྒྱན་  
 དེ། །དུས་དེང་སངས་རུས་ཀྱང་ཁོག་པ་ཞིག་ །འདི་ཡང་མི་རྟག་སྤྱུ་མའི་དཔེ། །དཔེ་འདིས་  
 ཀྱང་རྣལ་འབྱོར་ད་སྤྱབ་པ་བྱེད། །སྤྱམ་ཆོད་དཀོན་མཆོག་ལྷ་འབྱུང་དེ། །དུས་དེང་སངས་མི་ཡི་  
 གཤེགས་པེ་བྱེད། །དམ་ཆོས་དཀོན་མཆོག་བརྟེན་པ་པ་དེ། །དུས་དེང་སངས་བྱུ་བྱི་འཆང་སྤྲན་  
 བྱེད། །འདི་ཡང་མི་རྟག་སྤྱུ་མའི་དཔེ། །དཔེ་འདིས་ཀྱང་རྣལ་འབྱོར་ད་སྤྱབ་པ་བྱེད། །ཁྱིམ་  
 མཆོས་ཨ་ཁྱུག་ཡུང་རྒྱལ་དེ། །དུས་དེང་སངས་ལྷང་བའི་དགའ་དང་སྤྱོད་། །སྤྱིང་མེ་པོ་རྟ་མགོ་ན་

སྤྱིད་དེ། གར་སོང་ཐོང་མེས་འགྲོའི་གཏད་སོམ་དང་། འདི་ཡང་མི་རྟག་སྤྱུ་མའི་དཔེ། འདེ་  
འདིས་ཀྱང་རྣལ་འབྱོར་ད་སྤྱུ་བ་པ་བྱེད། རྗེ་མི་བསྐྱོད་ཀྱི་རོ་བོ་ཐུགས་རྗེ་ཅན། སྤྱང་རི་ཁྲོད་  
ཐུབ་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོ་བས། །

ཞེས་སྒྲོ་གས་ཀྱི་གདུང་དབྱངས་དེ་རྣམས་སྒྲུངས་པས། ཁོང་ངོ་མཚར་ཆེ། ལིན་ཏུ་  
ཡང་བདེན་ཟེར། ལུགས་རིང་ནར་ནར་འདུག ཡུམ་ཞིག་འདུག་པ་དེ་མཆི་མ་འདོན་ཞིང་མང་  
དུ་དུ་ཞིང་འདུག གཞན་ཡང་རས་ཡུལ་གྱི་སྤྲང་ཚུལ་རྣམས་མཐོང་བས་རྒྱུན་བྱས། སྤྱུ་བ་  
བྱེད་པའི་དམ་བཅའ་ངོ་མློག་མེད་པར་ཁན་གྱི་མང་དུ་ཤོར། ཞེས་ཡང་ནར་མར་བཅངས་  
དོན་ལ་ཡང་སྤྱུ་བ་མ་བྱས་པའི་འགྱུད་པ་མེད་གསུངས། སྤྲང་ཡང་རྒྱུན་གྱིས་འཁོར་བ་ལ་  
སྤྱིང་པོ་མེད་པར་གསལ་ཐེབས་ནས་སྤྱུ་བ་པ་ལ་ཡི་དམ་བཅས་པའི་མཛོད་པ་རྟེ་དུག་པའོ།

### བདུན་པ། ཡིངས་མེད་དུ་རི་ལ་བསྐྱོམས་པ།

ཡང་རས་རྒྱུང་བས། རྗེ་བཙུན་གྱིས་ཐོག་མར་དཀར་སྤྱད་དང་སྤྱུ་བ་པ་གནས་གང་དང་གང་དུ་  
མཛོད་ཞུས་པས། དེར་སྒྲོ་བ་དཔོན་གྱི་སྤྲས་པོས་ནངས་པར་འདི་རྣམས་ལ་སྤྱུ་བ་རྒྱགས་ཀྱི་རྟེན་  
མཛོད་ལ། དེད་རྣམས་ཀྱང་ཐུགས་དམ་གྱི་ཁོངས་སུ་རྒྱུད་པར་མཛོད་ཅིག་ཟེར། བྱེ་སྤྱེ་གང་  
དང་། རྒྱ་སྤྱོར་བ་བཟང་པོ་བྱིན་གྱིས་བ་རྣམས་ཁྱེར་འོངས་ཏེ། དེད་རང་གི་ཁང་པའི་རྒྱབ་རི་ལ་  
བྲག་ཐུག་བཟང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེར་སྒྲོ་མ་ཞིང་བསྐྱད། རྒྱགས་རྒྱ་རྣམས་ལ་སྤྲིས་སོ་བྱས་པས་  
ལུས་རྒྱུངས་པ་ལ་ཆེར་ཟད་རུང་དགོ་སྤྱོར་དམར་བར་བྱུང་ཞིང་ཁློ་བ་འགའ་ཐུབ། དེ་ནས་  
རྒྱགས་རྒྱ་རྣམས་རྗོགས་ནས་ཟས་ཡེ་མེད་པ་རང་ལ་ཡུན་རིང་མ་རྒྱགས་པས། བསམ་མཚན་  
ཞིག་ལ་ཐུའི་འབྲོག་པ་ལ་རྒྱ་སྤྱོར་བསྐྱངས། མདའི་ཞིང་པ་ལ་རྒྱགས་བསྐྱངས་ཏེ། འཁོར་བརྟ་  
མ་ཆད་ཅི་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱུ་བ་པ་བྱེད་དགོས་སྟེ། འབྲོག་སྤོང་ལ་བྱིན་ཏེ་སྤྱེ་ཞིག་གི་འགག་ཏུ་

ནལ་འབྱོར་པ་ལ་ཁུ་སྒྲིལ་གྱི་སྒྲིང་མོ་ཞུ་བུས་པས། ཡཱེ་ལེ་སྤྱད་དུ་གསུམ། ཡཱེ་ས་ངོ་  
ཤེས་ནས། སྤྱིང་མི་དག་འབས་ཐོག་མར་གྱི་ནམས་ཐད་བྱུང་བ། རྫོང་དང་བེར་ཀས་བསྐྱེད་ས་  
པས། ཡཱེ་རང་སྤྱི་ཚུགས་ཤིང་ཁྱེད་ནས་པ་བཟང་གི་རྒྱུ་འབྱེད་པོ། ཉེ་ཆོལ་གྱི་བསྐྱེད་འཛིང་  
པོ། ཡུལ་གྱི་ཡུང་འབྲེུག་ཅི་ལ་འོངས། པ་བཟང་ལ་བྱུ་ཁྱེད་འབྱེད་བཟེད་ཞིང་མང་པོ་རྟེན་  
ཏུ་བྱུང་བ་ལ། ང་ཕྱིར་བློས་པས་འཛོལ་བ་དཔལ་ལུས་སྟོབས་ཉམས་པ་དང་། རྒྱུ་འབྱེད་པོ་  
ཐོགས་ནས་གོ་ཁུ་ཞིག་གི་ནང་དུ་འབྱེད་པ་འཛི་ཆད་པ་ཞིག་བྱུང་དུས་ཡང་འབར་ཞིང་  
འདུག ངས་ཅི་འོངས་ཤིག་བྱས་ཏེ། བེར་ཀ་ལ་ལུས་བཏེན་ནས་ཡཱེ་ལ་སྤྱི་འདི་བླངས་  
སོ། །

པ་ཐིན་ཅན་མར་པའི་ཞབས་ལ་འདུད། ཡུལ་ངན་རྩ་ཡི་གོ་རོན་ན། ཀུ་ཉེན་པཤེས་  
དགར་ལངས་གྱི་མ་བུ་གསུམ། བྱེད་ཐུང་བེར་ཀས་གཏོར་བ་བཞིན། ཁྱེད་ཨ་བུ་ཡཱེ་ས་  
ཨེ་བཏང་སོམས། ང་སྤྱང་པོས་མཐར་འབྱུངས་གྱི་བར། ཨ་མ་སྤྱག་བསྐྱེད་པོ་འོངས་གྱིར་  
ཤི། སྤྱིང་མོ་སྟོགས་སྤྱང་ཕྱིར་འབྱེད། ངས་མ་སྤྱིང་གི་གདུང་སེམས་མ་ཆོད་པས། བ་  
ཡུལ་བཅོན་རར་སྤྱོད་པས་པའི་ཆོ། བཟེ་བའི་མ་དང་གཏན་བྱུང་། སྤྱིང་མོ་སྤྱག་པས་ས་  
མཐར་འབྱེད། ང་སྤྱི་ཤེས་སྤྱིང་རྒྱུ་འབྱེད་ནས་ལངས། ངེད་མ་བུ་གསུམ་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་  
འདི། ཁྱེད་གཉེན་པཤེས་བསྟོས་ནས་མ་བཅོལ་ལམ། བཟོད་སྤྱགས་མེད་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་  
དེས། ངམ་ཆོས་སྤྱི་བ་པའི་གསལ་འདེབས་བྱུང་། ཐིན་ཅན་མར་པའི་གདམས་ངག་  
ནམས། བློས་མེད་རིལ་བསྐྱོམས་པའི་ཆོ། སྤྱི་ལུས་གྱི་ཡུང་པོ་ལ། ཐེས་མེད་སྤྱིང་དུ་  
འོངས་པའི་ཆོ། འབྱུ་ཆོ་བཟང་གོ་གསལ་འཛི་ཆོ་བཞིན། བདག་གྱུང་ཡཱེ་ལེ་སྤྱི་དུང་  
སྤོབས། ཀུ་ཅན་གཟུགས་ཀྱི་ཡི་ཐོན་བཤུ། སྤོབས་མེད་ལུས་གྱིས་གཡུལ་རོ་སྤྱད། ངག་  
སྤྱགས་ཆོག་ངན་དམོང་པ་ཡིས། སྤོ་ཡི་སྤྱག་འོང་གཟེར་གཏོང་ནས་སྤྱིང་། ཚུགས་ཤིང་

བེར་ཀའི་མཚོན་ཆར་གྱིས། བདག་ལུས་བྱུག་ཐུན་ཆས་བཀའ། རིན་ཆེན་སྒོག་དང་དོན་ལ་  
བྱུང་། ཞེ་སྤང་ལྷང་བར་རིགས་ཀྱང་། རས་ནི་སྤྲུལ་འཛིན་གྱིས་བཞིན་སྒྲུབ། ཨ་ཞེ་ཞེ་  
སྤང་མཆེ་བར། སྒྲུབ་རྒྱལ་ལ་འཛོལ་འདྲིའི་སྤོང་མོ་ལྟ། བྱུམས་སྤྱིང་ཇི་མང་འབདག་མར་པ་  
ཇི། འབདས་ཞེ་སྤང་ཞི་བར་བྱིན་གྱིས་སྤོབས། །

ཞེས་དུངས་གིས་སྒྲུལ་དབྱངས་དེ་སྤངས་པས། ཨ་ཞེ་འཛིན་བཞིན་བྱུམ་ཞིག་འདུག་  
པ་དེ་མཚི་མཁར་བྱུང་བ་དང་། ཨ་ཞེ་ཡང་སྤྱིངས་ནས་གཉིས་ཀ་ནང་དུ་སོང་སྟེ། མར་རིལ་  
གཅིག་དང་ཐུད་ཐུད་ལ་བ་མཚོན་པ་ཞིག་བྱུམ་དེ་ལ་བསྒྲུར་བྱུང་། སྒྲུག་ཞན་རྣམས་ལ་བསྤངས་  
པས། རས་རིལ་ཤེས་པ་ནི་མི་འདུག་ ཁོང་ཚོས་ང་ཡིན་པར་ཤེས་ཏེ་ལྷན་ཆེ་བ་རེ་བྱས་ནས་  
བསོད་སྒྲོམས་བྲག་པ་རེ་བྱིན་བྱུང་བ་རྣམས་ཁྱེད་འོངས་ནས། ཨ་ཞེ་འཛིན་ལུགས་དེས་ཨ་ཁུ་  
ཡང་གོ་བས་སྒྲོགས་ཅིམ་ལ་འང་མི་འགོ་དགོས་སྒྲུལ་བྱུང་སྟེ། ཅ་ལུ་འཛིན་པ་རྣམས་ལ་བསོད་  
སྒྲོམས་བསྤངས་པས། ཨ་ཁུ་སྤར་གྱིས་ཁང་ག་ཞིས་འཕོས་པའི་སྤོར་སྤོབས་པས་ཨ་ཁུས་ཤེས་  
ནས། རོ་ལྷར་རྒྱས་དུང་ཁྱོད་ཀྱང་གོས་པ་ཡོད་དོ་ཟེར་གསོད་དོ་འཕངས་པ་ཕོག་ཆད་པ་བྱུང་བ་  
རས་ཀྱང་རིལ་ནས་བྱོས་ཕྱིན་པས། སྤོབས་གྱིས་ཅི་འཕྱུད་གྱི་དོམ་པོ་འཕངས་བྱུང་། ང་  
དེ་ནས་ཀྱང་བྱོས་པས། མདའ་གཞུ་ཁྱེད་ནས་ཕྱིར་ཐོན་བྱུང་སྟེ། བསྤང་འཛོལ་པོ། ཀྱང་འཕྲོན་  
པོ་ཁྱོད་གྱིས་ཡུལ་འདི་ལུང་དུ་མ་བཅུག་གས། ཡུལ་པ་རྣམས་དགྲ་ལག་ཏུ་རྒྱུད་ཡོད་དོ། ལྷུང་  
དུ་ཐོན་ཤོག་ཅིག་ཟེར་ཞིང་མདའ་རྒྱལ་ཏུ་བྱུང་།

དེར་ཡུལ་པའི་ཕོ་ག་ཞོན་འགས་ཀྱང་དོན་པ་རེ་ཅིམ་འཕངས་བྱུང་བ་ལ། རས་ཀྱང་སྤར་  
མཐུ་བཏང་བའི་གཞོང་གིས་གང་མིན་བྱུང་གིས་དོགས་ནས་མཐུས་སྤྱི་གས་མོ་བྱེད་  
སྒྲུལ། བཀའ་བརྒྱུད་སྤྲུལ། བྲག་འཐུང་དམ་ཅན་རྒྱུ་མཚོ། ལྷུ་འཕྱོར་པ་ཆོས་བྱེད་པ་ལ་  
དགྲ་བྱུང་རོ། ར་མདའ་འཛོགས་ཤིག་ ང་ཤི་དུང་ཆོས་སྤྱིང་ལ་འཚི་རྒྱུ་མེད་དོ་བྱས་  
པས། ཁོང་རྣམས་འཇིགས་ནས་ཀུན་གྱིས་ཨ་ཁུ་བཟུང་། རེད་རང་ལ་དཀར་མི་རྣམས་གྱིས་



རྒྱལ་ན་དག་འཛིང་། གཞན་ཕྱོགས་འཕམ་ན་དག་འབའོང་དུ་འཛངས་པའི་སྤྱོད་བཞོར་ཅི་  
 གསོག་དང་སྒྲན་གྲགས་ཅི་ཐོབ་བྱེད་པའི་ཆོས་པར་མིང་བཏགས་ནས་གོས་སེར་པོ་བྱོན་པ་ཙམ་  
 པ་འདི་ཀུན་དང་རྒྱལ་ལོག་ཡིན་ཡང་ཡིན། བྱེད་ཀྱང་བྱེད། དེ་མིན་པའི་ཆོས་པ་རྣམས་ཐེག་པ་  
 སོ་སེའི་ཆ་ལུགས་སུ་སྤྱང་རུང་། བསམ་སྤྱོད་གོང་ལྟར་མེད་ན་དོན་ལ་མཐུན་པས་རྒྱལ་ལོག་མི་  
 འེམ། ང་དང་དོན་མི་མཐུན་རྒྱལ་ལོག་རང་ཡིན་བྱས་པས། འོན་ཏེ་གྱི་ཆ་ལུགས་སྤྱང་པོ་  
 བས་ངན་པ་འདི་འདྲའི་ཆོས་པ་སྤར་མ་མཐོང་། འདི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་གང་གི་ཆ་ལུགས་ཡིན་ཟེར་  
 བས། འདི་ཐེག་པ་ཀུན་གྱི་མཆོག་རབ་ཆེ་འདིར་སངས་རྒྱས་སྤྱབ་ཕྱིར་ཆོས་བརྒྱད་རྒྱུད་ལ་  
 བསྐྱར་བཞེས་བྱ་བའི་ཐེག་པའི་ཆ་ལུགས་ཡིན་བྱས་པས། མོན་རེ། བྱེད་དང་འོང་ཆོའི་ཆ་  
 ལུགས་དང་སྤྱོད་པ་ཀུན་ཏེ་རང་ཟེར་བ་བཞིན་རྒྱལ་ལོག་རང་དུ་འདུག་པས་གང་རུང་ཞིག་ཆོས་  
 མིན་པ་འདྲ། ཡིན་པ་མཉམ་པོ་ལ་ཁོ་ཆོའི་དེ་དག་འབར་འདུག་ཟེར་བ་ལ། ངས་ཁྱོད་འཇིག་  
 རྟེན་པ་དག་འབའི་ཆོས་པ་དེ་ལ་ང་མི་དག་ལ། ང་དང་དོན་མཐུན་པའི་ཆོས་པ་ན་བཟུང་དུར་སྤྲིག་  
 གསོལ་བ་རྣམས་ལ་འང་། ཆོས་བརྒྱད་གྱི་ཆ་བག་ཙམ་རེ་ཡོད་པ་འདྲ། མེད་རུང་སངས་རྒྱས་  
 ཐོབ་པ་སྤྱོད་མི་སྤྱོད་ལ་ཁྱེད་པར་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པ་ཞིག་ཡོད་དེ། དེ་ཁྱོད་གྱིས་མི་གོ་དེ་  
 བས་ཁྱོད་རང་ཡང་རུས་ན་ཆོས་གྱིས། མི་རུས་ན་ཁང་ཞིང་ཁྱེད་ལུགས་སྤར་ལྟར་གྱིས་ལ་སོང་  
 བྱས་པས། མོན་རེ། ང་ལ་ཁྱེད་གྱི་ཁང་ཞིང་མི་དགོས། སྤོང་མོ་ལ་བྱིན་མཛོད། ཆོས་  
 འིག་བྱེད་དེ། ཁྱེད་གྱིས་འདི་འདྲ་མི་རུས་པར་གདའ་ཟེར་སོང་ངོ་། །

དེ་ནས་ཨ་ནེས་ང་ཁང་ཞིང་ལ་གཅིག་པ་མེད་པ་ཐོས་ནས། ཞག་འག་འསོང་བ་  
 དང་། ཨ་ནེའི་བསམ་པ་ལ། ཁོ་སྤྱོད་མའི་བཀའ་བཞིན་བྱེད་ཟེར་བས་ཞིང་འདི་ཨོ་ཐུགས་ལྟ་  
 སྒྲམ། ངའི་སར་རྩམ་ཆང་རྩེ་ལ་མཆོན་པ་ཞིག་ཁྱེད་ནས་བྱུང་སྟེ། ཁས་ངངས་མི་འེམ་པ་  
 ཞིག་བྱས་འདུག་སྟེ། ཆོ་བོ་ཆོས་པ་ཡིན་པས་བཟོད་པར་མཛོད། ད་ཨ་ནེས་ཁྱེད་རང་གི་ཞིང་  
 བཏབ་ནས་རྒྱགས་སྤྱོད་ཟེར་བ་ལ། འོན་ཨ་ནེས་ལྷན་པ་རེ་ལ་ནས་ཁལ་རེའི་བྱེ་སྤྱོད། དེ་ལྟར་

ནུམས་ཨ་ནེ་ཁྱེར་ལ་ཞིང་ཐོབ་ཅིག་བྱས་པས། དེ་ལྟར་བྱེད་ཟེར། ལྷ་བ་གཉིས་ཙམ་ཆོད་དོན་  
བཞིན་བསྐྱུལ། དེ་ནས་ལན་ཞིག་ཨ་ནེ་བྱུང་ནས། མི་ནུམས་ན་རེ། ཞིང་བཏབ་ན་ཆོ་བོའི་  
ཆོས་སྐྱོད་གིས་མཐུ་བྱེད་ཟེར་ཏེ། མཐུ་རང་མི་བྱེད་ལས་ཆེ་ཟེར་བས། མཐུ་ཅི་ལ་བྱེད། དག་  
བ་འོང་བས་ཨ་ནེ་རང་ཞིང་ཐོབ་ལ་རྒྱགས་སྐྱོལ་ཅིག་བྱས་པས། འོ་ན་ཆོ་བོ་ལ་ནི་ཁྱེད་  
མེད། ཨ་ནེ་སྐོ་བདེ་བ་འདུག་པས། ཆོ་བོས་མནའ་ཞིག་སྐྱོལ་དང་ཟེར་བ་ལ། འདི་ལ་  
བསམ་སྒྲུ་ཅི་ཡོད་མི་ཤེས་པར་འདུག་སྟེ། མི་དག་འབ་ཡང་ཆོས་ཡིན་སྟུང་མནའ་བསྐྱུལ་བས་  
དག་འསྟེ་ལོག་སོང་། དེ་ནས་རས་སྒྲིང་རུས་བསྐྱེད་ནས་བསྐྱོམས་རུང་ལུས་ལ་

བདེ་བྱོད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཙམ་སྐྱེར་མ་འདོད་པར་དེ་ཅི་དྲག་སྟུང་ཞིང་ཡོད་པའི་ཆོ། ལུ་བ་གཅིག་གི་མི་  
ལམ་ན་ཞིང་ཐོབ་ཞིག་ཆོས་པས་སྤྲུགས་མ་མེད་པར་དེ་འཛོག་གམ་སྟུང་བ་ལ། རྩེ་བཅུ་ན་  
མར་པ་ནམ་མཁའ་བྱོན་ནས། བྱ་སྒྲིང་རུས་དང་བཙོན་འགྲུས་བསྐྱེད་ལ་ཆོས་ཤིག་ ཐོབ་སྤྲུ་  
ཡང་མེད་ནས་འོང་གིས་གསུང་ཞིང་། མར་པས་སྤྲུ་བྱིད་ནས་ཆོས་པས། འདུར་མེད་དེ་ལོ་  
ཏོག་བཟང་པོ་སྐྱེས་པ་མྱིས་པས། གཉིད་སད་བ་དང་སེམས་དག་འབ་ཞིག་བྱུང་བ་ལ། མི་  
ལམ་བག་ཆགས་འབྲུལ་བ་ལ་བྱུན་པོ་ནུམས་ཀྱང་བདེན་ཆེར་མི་འཛིན་ན། བྱུན་པོ་བས་ཀྱང་ང་  
བྱུན་ནམ་སྟུང་བ་བྱུང་། འོན་ཀྱང་སྒྲིང་རུས་བྱས་བསྐྱོམས་པས་ཡོན་ཏན་སྐྱེ་བའི་རྟགས་སུ་  
འདུག་སྟུང་དག་འབ་བཞིན་མི་ལམ་གྱི་དོན་གསོལ་འདེབས་པའི་སྤྱུ་འདི་བྱངས་སོ། །

རྩེ་བཟའ་དྲིན་ཅན་ལགསོལ་བ་འདེབས། །སྤྱང་རི་བྱོད་ཟིན་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །  
གཞི་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཞིང་ས་ལ། །ལམ་དད་པ་བརྟན་པོའི་རྒྱ་ལུང་སྐྱེར། །སེམས་དག་རེ་  
དེ་མེད་ཀྱིས་བོན་བཏབ། །གསོལ་འདེབས་དྲག་པོའི་གཡུ་འབྲུག་གྲིར། །བྱིན་རྒྱབས་རྩོལ་  
མེད་ཀྱི་ཆར་པ་བབས། །སེམས་ཡིད་གཉིས་མེད་པའི་ཆོན་དོར་ལ། །ཐབས་ཤེས་རབ་  
གཉིས་ཀྱི་རྩོམ་གཤོལ་བཏགས། །འབྲུལ་རྟོག་མེད་པའི་སྐྱེས་བུ་ཡིས་ །ཡོངས་པ་མེད་པའི་

མེད་ཞིག་འཛིན། །ཕུགས་འགྲུལ་དྲག་པོའི་ལྷག་གིས་འབྲེལ། །ཉོན་མོངས་དྲག་ལྷའི་ཐབ་  
 སྒྲོག་ །རང་རྒྱུད་དཔལ་འདི་རྩོལ་སོལ། །ཁ་ཡོ་ཐོལ་མེད་པའི་ཡུར་མ་བྱེད། །ལས་འབྲས་  
 བདེན་པའི་སྟེ་མ་ལ། །རྣམ་ཐར་བཟང་པོའི་བཅས་མ་རྒྱ། །གདམས་ངག་བཟང་པོའི་འབྲས་འབྱུ་  
 ཡིས། །གཏད་སོ་མེད་པའི་བད་པ་འགེངས། །ལམ་འཁྲུག་འདི་རྩོད་འཐག་ཟས་ཀྱི་མཆོག་ །  
 བདག་རྣམས་འབྱོར་སྒྲུབ་པའི་འཆོབ་ཡིན། །ཁྱི་ལམ་དོན་གྱི་གསལ་འདེབས་ཡིན། །ཆོག་ལ་  
 དོན་ཉིད་མི་སྒྱུ་ཞིང་། །མཆོན་པ་ཅམ་གྱིས་མི་རྟོགས་པས། །སྲིད་ནས་བྱུང་རྒྱུ་སྒྲུབ་པ་  
 བླམས། །སླིང་རྩས་བསྐྱེད་ནས་སྟོམ་པར་བྱ། །དཀ་འཇུབ་དང་སླིང་རྩས་རྩལ་བསྐྱེད་  
 བས། །དཀ་འབས་བསྒྲུབས་ནད་གོན་པའང་འགྲུབ། །པོ་བྱུང་རྒྱུ་ཀྱི་སྒྲིམ་བྱུ་ཆོས་བྱེད་  
 བླམས། །སྒྲུབ་པ་ལ་བར་ཆད་མེད་པར་ཤོག །

ཅེས་བཟློང་ནས། དབྱལ་དཀར་རྟོག་ལ་སློམ་དུ་འགྲོ་དགོས་སྐྱེལ་ཡོད་པའི་ཚེ། ལ་  
 བས་ནས་ཁལ་གསུམ་གྱི་ཕྱེ། ལྷལ་གོག་གཅིག་ རས་བཟང་པོ་གོས་ལྷང་གཅིག་ མར་ཆོལ་  
 འདྲེས་པའི་ཚུ་སྒྲོར་རྒྱལ་ས་ཁྱེར་བྱང་སྟེ། འདི་རྒྱལ་ས་ཆ་བོའི་ཞིང་བཙོང་ས་པའི་རིན་ཡིན་པ་ས་  
 ཁྱེར་ལ་ངའི་མིག་གིས་མི་མཐོང་། རྒྱ་བ་མི་ཐོས་པའི་ཡུལ་སྤྱོད་གས་ཤིག་ཏུ་འགྲོ་རྟོག་ས་  
 གྱིས། དེ་མིན་ཡུལ་མི་ཁྱེད་གྱིས་ངལ་དང་པོ་ཐོས་པ་དག་ས་སྟུག་དེ་བཏང་རྟེང་། དལ་བཟློང་  
 གྱི་བསྟན་ན་ཅི་བྱས་ནས། ཡུལ་མི་ལྷག་མ་འདི་རྒྱལ་ས་ཀྱང་གསོད་པ་ཡིན་ན། ཁྱེད་རང་གཉིས་  
 ཀ་གསོད་གཏོང་ཟེར་བས། ཆ་བོར་ང་ཡུལ་གཞན་དུ་བྱོས་པ་ལེགས་པར་འདུག། ཅིས་ཀྱང་  
 མི་འགྲོ་ན་ང་གསོད་དོན་མེད། ཆ་བོར་ང་གསོད་མི་གསོད་ལ་ཐེ་ཆོམ་མི་འདུག་གོ་ཟེར་བྱུང་  
 བས། ངའི་བསམ་པ་ལ། ཡུལ་མིས་དེ་ལྟར་མི་ལབ་པ་ངས་གོ། །ང་ཆོས་བཞིན་མི་བྱེད་ན་  
 སྤྱིར་གྱིས་ཞིང་འཕྲོགས་པ་ལ་མཐུ་མི་བྱེད་པའི་མནའ་བསྐྱལ་བ་མེད། ཁྱད་པར་རྒྱལ་འབྲོར་  
 པའི་མནའ་མི་ལ་མ་སྐྱུ་མ་ཡིན་པ་ས་ཁྱེད་རྒྱང་མཐིམ་མེར་ལོག་གཏོང་བ་ལ་ཆོག་ས་མེད་དེ་དང་  
 དེ་ལྟར་མི་བྱེད། ཞེས་ང་སྐྱེ་ཡུལ་མེད་པའི་བཟོད་པ་སྟུལ་བསྐྱོམ། ང་རང་དོན་ལུ་བཞིན་ཞིང་།





དེན་ས་རྒྱུ་དེས་བསྐྱེད་པས་སྐྱོད་པས་དྲག་པོ་རང་ཞིག་བྱུང་། ཞིང་ཁང་གི་ཁོ་ཐག་ཆོད་  
པས་སྐོ་བདེ་བ་ཞིག་ཀྱང་བྱུང་བས། ང་དང་པོའི་དམ་བཅའ་ལྟར་བྲག་དཀར་རྩ་སོ་ལ་སྐྱོམ་དུ་  
འགྲོ་སྐྱེལ་བ་ཤར། སྤུག་པ་དེར་མཉམ་བཞག་གི་དགོ་སྦྱོར་གྱི་རྒྱ་ཆུགས་པས་རྒྱ་ཆུགས་  
སྤུག་དུ་གྲགས་སོ། །

དེན་ས་ནངས་པར་ཞིང་རིན་གྱི་རྣམས་རྣམས་དང་། གཞན་ཡང་ལྷག་ཅུང་ཟད་ཡོད་པ་  
རྣམས་ཁྱེར་ཏེ། མི་སྤུས་ཀྱང་མ་ཆོར་བར་བྲག་དཀར་རྩ་སོར་བྱིན་ནས། རྩ་སོ་ན་སྤུག་པ་སྦྱིད་  
པོ་རང་ཞིག་འདུག་པ་དེར་བསྐྱད། སྐྱོམ་སྤྲན་སྤེལ་འཕོ་ལ་རྒྱུང་ཞིག་བཤམས་ཏེ་གནས་མལ་  
བཟུང་ནས། གྲོང་ཡུལ་དུ་མི་འབབ་པའི་དམ་བཅའ་བྱས་པ་ནི། བདག་ཉམས་རྟོགས་ཁྱད་  
བར་ཅན་ཞིག་མ་སྐྱེས་ཀྱི་བར་དུ་རི་ཁྲོད་འདིར་ལྟོགས་གིར་གི་རུང་དད་ཟས་དང་གཤིན་ཟས་ཀྱི་  
ཐལ་བ་འགམ་སྦྱིར་མི་འབབ། འབྲུགས་གིར་གི་རུང་གོས་སྦྱིར་མི་འབབ། སྦྱོ་གིར་གི་རུང་  
འདུ་འཛི་དང་གཡེང་བའི་ལས་མི་བྱེད། བ་སྟེ་གི་རུང་སྤྲན་སྤེལ་གཅིག་གི་སྦྱིར་ཡང་མི་  
འབབ། ཆོ་འདིརི་བྱ་བ་སྦྱབ་སྦྱིར་ལུས་འགྲུལ་བཅའ་ཡང་མི་བྱེད་པར་སྒོ་གསུམ་ཡོངས་མེད་  
དུས་ངས་རྒྱས་བསྐྱབ་པོ། བདག་གིས་དམ་བཅའ་འདི་རྣམས་འགྲུབ་པར་སྒྲུལ་ཡི་དམ་གྱི་བྱིན་  
གྱིས་སྒོ་བས་ཤིག མ་ཁང་འགྲོ་ཆོས་སྦྱོང་རྣམས་ཀྱིས་འཕྲིན་ལས་སྦྱབ་པས་ཤིག གལ་ཏེ་དམ་  
བཅའ་འདི་རྣམས་ལས་འགལ་ན་སྦྱབ་པ་མི་བྱེད་པའི་མི་ལུས་བས་ཤིབ་སྦྱིད་པས། དམ་ཅན་རྒྱ་  
མཆོས་དམ་བཅའ་ལས་འགལ་མ་ཐག་དུང་འི་སྒོ་གཞོན་ཅིག སྒྲུལ་ཡི་དམ་རྣམས་ཀྱིས་སྦྱིམ་  
དམ་པའི་ཆོས་དང་མཇལ་ནས། སྦྱབ་པ་བྱེད་ཀུས་པའི་མི་ལུས་སུ་སྦྱོབ་པར་བྱིན་གྱིས་སྒོ་བས་  
ཤིག ཅས་དམ་བཅས་ནས་དམ་བཅའ་སྒོ་ན་ལམ་གྱི་སྤྱུ་འདི་སྒྲངས་སོ། རྩེ་རྩེ་འདི་བུ་རྒྱུད་ཐར་  
པའི་ལམ། རྩེད་རི་ཁྲོད་བྱིན་པར་བྱིན་གྱིས་སྒོ་བས། བདུད་འཛིག་རྟོན་གྱི་གཡོང་བས་མི་  
གཡོང་བར། སྐྱོམ་མཉམ་བཞག་གི་བསམ་གཏན་འཕེལ་བར་ཤོག ཞིག་ནས་ཀྱི་རྗེང་ལ་མི་  
ཞེན་པར། ལྷག་མཐོང་གི་མེ་རྟོག་འབྱུངས་པར་ཤོག སྦྱོར་བཅས་ཀྱི་ཙབ་ཙབ་མི་ལྟང་



རྒྱུ་མེད། ཁེམས་མ་སྟོམ་སྟོར་ངས་འཛོམ་ སྟོས་ན་མི་དག་སྤྲོ་ཆོག་པ་དྲན། ཁ་ཡེངས་  
 མ་ཡེངས་དན་པ་བསྟེན། ཡེངས་ན་དག་སྟོར་རྒྱུང་ལ་འཛོར། ཁ་འགོ་མ་འགོ་ཉལ་ས་  
 བོན། སྤྱིན་ཀར་ངའ་རྩོལ་ཐོག་ས། ཁ་གསེང་མ་གསེང་མགོ་བོ་ཁྱུག། གསེངས་ན་དོན་  
 མེད་སྤུལ་བར་འགོ། ཁ་ཉལ་མ་ཉལ་དག་སྟོར་མཛོད། ཉལ་ན་ཉོན་མོངས་དྲག་ལྷས་  
 བོན། །

ཞེས་རང་གིས་རང་ལ་ལྷག་བཟབ་ནས་ཉིན་མཚན་མེད་པར་བསྐྱོམས་པས། དགོ  
 སྒྲིང་འཕེལ་པོར་དེ་ལོག་སུམ་ལྷག་པར་བྱུང་། དེ་ནས་ལོ་རེ་ལ་བྱེལ་ལ་རེ་འི་དམིགས་གཏང་  
 ཡོད་པ་ཟད་ནས་འཛོལ་བའི་རྒྱ་ཡེ་མེད་པ་རང་བྱས་ན། སློག་གི་བར་ཆད་དུ་འགོ་བར་  
 འདུག འཛིག་རྟེན་པ་རྣམས་གསེར་ཞོ་རེ་ཞོ་རེ་རྟེན་ནད་གའ་ཞིང་སྒྲིང་ན་སྒྲུག་བསྐལ་བའི་ཅིས་  
 བཏང་ན། སངས་རྒྱས་མཐོབ་པར་ལུས་དང་བྲལ་ན་དེ་ལྟ་མིན་ཏེ། སྒྲིང་ག་སུམ་གསེར་གྱིས་  
 བྱུར་བྱུར་བཀའ་བབས་ཀྱང་། སངས་རྒྱས་སྐུ་བ་པའི་ལུས་འདི་གཅེས། སྒྲིང་གི་དམ་བཅའ་  
 དང་འགལ་བ་ལས་ཞི་སྐུ་བ་པ་བྱེད་འགྲོལ་གི་བརྩུང་དེ་ཅི་དྲག་གམ་སྒྲམ་པ་དང་། སྒྲིང་ལུལ་དུ་  
 འབབ་པ་ནི་མིན། ཆོས་སྤྱིར་ཡིན་པས་དམ་བཅའ་ཡང་མི་འགལ། དཀའ་ཐུབ་ཀྱིས་ཟས་གིས་  
 འཛོལ་དུ་འགོ་དགོས་སྒྲམ། བྲག་དཀར་གྱི་མདུན་ནས་པར་སྤྱོན་པས་དེ་ན་ཉི་མ་དོ་བ། རྩ་  
 བཟང་བ། ཟླ་མང་པོ་སྐྱེས་པ། མཐོང་ཡེལ་ཆེ་བའི་གནས་དང་བསྐྱོ་མོ་རྩེད་ཞིག་འདུག་པ་  
 དེར་སློབ་ཏེ། ཟླ་རང་ལ་བརྟེན་ནས་སྐུ་བ་པ་བྱེད་ཅིང་བསྐྱད་པས། སྤྱོན་གོས་དང་། བར་ན་  
 འཛོལ་བྱེད་དང་བཅུད་ཡེ་མེད་པའི་སྐབས་ཀྱིས། ལུས་ཀའ་རུས་ལྟར་མོང་བ་ཟླའི་མདོག་འདུབ་  
 ལ། སྐུ་སྒྲི་ཞོ་ལེ་བ་བྱུང་བའི་ཆེ། སྐྱམས་གནང་བའི་བེའུ་བུམ་དེ་ལ་བཅང་བ་རེ་  
 བྱས། མགོ་ཐོག་དུ་བཞག་པས། ཅི་ཡང་ཟ་རྒྱུ་མེད་པ་ལ། གསུས་པ་བདེ་མེད་པ་  
 དང་། སྐྱེགས་པ་ཆིལ་ཆིལ་བ་བྱུང་། རྒྱ་བཞིགས་ནས་ལྷ་སྒྲམ་པ་ལ། དཔུང་རེ་ཞིག་ལྷ་མ་  
 རན་པའི་བཟླ་ཞིག་བྱུང་ནས་བཞག དེ་ནས་ལོ་གཅིག་ཙམ་ལོན་པ་དང་། གནས་དེར་སྤྱིང་

གྲོང་ཚོར་འདུས་པའི་ཁྱིམ་བརྒྱུད་ཀྱི་དྲུག་སྐུ་མེད་པ་འགའ་བྱུང་སྟེ། ཐོག་མར་འབྲེ་འདུག་ཟེར་  
 གྲོས་སོང་། མི་དང་སྐྱབ་པ་པོ་ཡིན་པའི་ལོ་རྒྱུས་བྱས་པས། ཡིན་ཡིན་རང་མི་འདྲ་སྟེ་ལྟར་  
 རུང་ཟེར། རྒྱུར་བྱུང་ནས་ལུག་པའི་ནང་ཐམས་ཅད་གཡེངས་ཏེ། ཁྱོད་ཀྱི་སྐྱབ་བྱུགས་གང་ན་  
 ཡོད། དེད་རྒྱུས་ལ་སྒྱུར་ཐོངས། དྲིས་སྒྱུན་པ་དམར་པོ་སྟེར། མི་གཏོང་ནག་སོད་པ་ཡིན་  
 ཟེར་སྟེ་གསུ་བྱུང་བ་ལ། ང་ལ་རྩ་མིན་པ་ཅི་ཡང་མེད། ཡོད་རུང་སྐྱབ་པ་པོ་འདེགས་པ་འདྲ་  
 ཡོད་པ་ལ། འཕྲོག་པས་འབྱུང་དོགས་མེད་བྱས་པས། འཕྲོག་བྱས་པ་མིན། སྐྱབ་པ་པོ་  
 བཏེགས་པས་ཅི་འོང་ཟེར། བསོད་ནམས་འོང་བྱས་པས། འོན་འདེགས་ཟེར། བང་དུ་  
 བླངས་ནས་ས་ལ་ཡང་ཡང་བཅུགས་པས། དཀའ་ཐུབ་བྱས་པའི་ལུས་ན་ཆས་གང་རུང་བཟོད་  
 བྲགས་མེད་པའི་སྟིང་རྩེ་དག་པོ་སྒྲིམ། མཆི་མ་ཤོར་བས། གཅིག་ངན་མི་བྱེད་པར་བསྟན་  
 འདུག་པ་དེ་ན་རེ། ཁོ་རེ་ཚོ། ཁོང་ཚོས་པ་རྣམ་དག་ཅིག་ཡིན་པར་འདུག། དེ་མིན་ན་འདྲ་མི་  
 རིད་པོ་འདི་ལ་དེ་ཅུག་བྱས་པས་པོ་སྒྲིམ་པར་མི་འགྲོ། འུ་ཅག་ལྟོགས་པ་ཁོང་གིས་ལན་པ་ནི་  
 མིན། དེ་འདྲ་མ་བྱེད་ཟེར་ང་ལ་རྣལ་འབྱོར་པ་ངོ་མཆར་ཆེ། ངས་ཁྱེད་ཀྱི་ཐུགས་དཀྱུགས་པ་  
 མེད་པས། ཐུགས་དམ་གྱི་སྐྱབས་འོག་དུ་རྒྱུག་ཅིག་ཟེར་བ་ལ། གཞན་རྣམས་ན་རེ་དེད་ཀྱིས་  
 ཀྱང་ཁྱེད་བཏེགས་ཡོད་པས་དེད་ཚོ་ཡང་རྒྱུག་ཅིག་ཟེར། གཅིག་དེ་ན་རེ་འཕྲག་ལུགས་མི་འདྲ་  
 བ་མིན་པ་འཕྲག་པ་ཁག་ཐེག་ཟེར་བཞད་གད་ཐེག་གོ་སོང་བས། ང་ལ་མཐུ་བྱ་སྒྲུལ་པ་མེད་  
 རུང་། དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་ཆད་བྱུང་ནས། ཁྱིམ་པ་རྣམས་ལ་དཔོན་པོས་ཆད་པ་  
 བཅད། དྲག་པ་དེ་བསད། མ་བྱེད་ཟེར་བ་དེ་མ་གཏོགས་གཞན་རྣམས་ཀྱི་མིག་བཏོན་འདུག་  
 ཟེར།

དེ་ནས་ལོ་གཅིག་ཙམ་སོང་བའི་ཚོ། གོས་ཀྱན་ཟད་ནས་ཨ་ནེས་ཞིང་རིན་ལ་བྱུང་བའི་  
 ཐུལ་གོ་གའི་ལྷག་རོ་འདྲ་འདུག་པ་དང་། སྤེ་ཟད་པའི་སྤེ་དེ་དང་། རས་གོས་རྣམས་

བཅོམས་ནས་གདན་གོས་བྱེད་སྒྲུབ་པ་ལ། དོན་ལ་གྱིན་འཛེམ་པོས་དོན་མེད། དེ་བས་བསྒྲོམ་  
 པ་དག་འ་སྒྲུབ་པོར་ནས། སྤུལ་གོ་ག་དེ་གདན་གྱི་རྣམ་པར་བཏིང་ནས་སྤྲད་ལ་གང་ཁེབས་  
 བྱས། བྱེ་སྒྲེའི་རེ་ཆལ་དེས་སྤྲོད་གཡོགས་བྱས། རས་དེས་གང་མཐོའི་གྲོན་ལུགས་བྱས་  
 པས། རས་དེ་ཡེ་གྲོན་མི་ཉན་པར་སོང་བའི་ཆེ། ཏུ་ཅང་རང་ཡང་སྒྲོམ་བཏང་བྲགས་འདུག་  
 འཛེམ་སྒྲུབ་པ་ལ། ཁབ་སྤྲད་ཀྱང་མ་འབྱོར་བར་རས་དེ་ཁལ་གསུམ་དེས་རྟོག་བྱ་བ། སྤྲོད་  
 སྤྲད་ཤིང་པ་རྣམས་ལ་ཁལ་བར་ཡོད་པ་ལ། དེས་ཐག་ཆད་པ་མ་དུད་པ་བོར་ཞིང་མཐུད་པའི་སྒྲེ་  
 རགས་བཅིངས་ནས་ཉིན་ཅི་འཁྲོལ་བྱས། སྤུལ་གོ་ག་དང་རེ་ཆལ་གྱི་གོས་གདན་གང་ཁེབས་  
 གྱིས་མ་ཆོན་ཅི་འཁྲོལ་བྱས་བསྒྲོམས་ཤིང་ཡོད་པའི་ཆེ། ལོ་གཅིག་ཙམ་སོང་བ་དང་། མི་མང་  
 པོའི་སྤྲད་དི་རི་རི་བྱུང་། བལྟས་པས་ཁྱི་ར་བ་འགའ་ཤམ་པོ་ཁྱི་ར་ནས་སྤྲུག་པའི་འགག་ཏུ་  
 སྒྲེབས་བྱུང་བ། ངམ་ཐོང་བ་དང་འདྲེ་འདུག་ཟེར་སྲུ་མ་རྣམས་བྲོས་སོང་། སྤྱི་རྣམས་ན་  
 རེ། ཉིན་པར་འདྲེ་བྱུང་དོགས་མེད་དག་འཕོ་སྒྲོམ་དང་། ད་དུང་འདུག་གམ་ཟེར། ད་དུང་  
 ཡང་འདུག་ཟེར་བས། ཁྱི་ར་བ་རྒྱན་པ་སྤྱི་ནས་འོང་བ་རྣམས་ཀྱང་འཛིགས་འདུག་པ་  
 དང་། ངས་འདྲེ་མིན། རི་འདི་ལ་སྒྲོམ་པའི་སྒྲོམ་ཆེན་ཡིན་ཏེ། འཛོལ་མེད་པས་ལུས་འདི་  
 ལྷར་སོང་བ་ཡིན་བྱས། ལོ་རྒྱུས་རྣམས་རྒྱས་པར་བཤད་པས། བདེན་ཐུན་བལྟ་འོ་ཟེར་སྤྲུག་  
 པའི་ནང་དུ་སོང་བས། ཟླ་མིན་པའི་ཡང་མི་འདུག་པ་དང་། ཀུན་དང་པར་གྱུར་ཏེ་ཤམ་པོ་  
 དང་རྒྱགས་སྤྲུག་གི་བྱེ་རྣམས་སྤུལ་ནས། འདི་འདྲ་རང་མཛོད་པ་ངོ་མཚར་ཆེ། དེད་རྣམས་  
 གྱིས་བསད་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཡར་འདྲེན་མཛོད། དེད་རང་རྣམས་ཀྱི་སྤྲིག་སྤྱོད་མཛོད་  
 ཅིག་ཟེར། གུས་གུས་བྱས་ནས་སོང་། དེར་ང་ཡང་མི་ཟས་ཟ་རྒྱུ་ཡོད་བསམ་དག་འཇུ་ཆོར་བ་  
 བྱུང་སྟེ། ཤེད་ཐོས་པས་ལུས་བདེ་འབོལ་ལེ་བ་དང་། ཁམས་དྲངས་སིང་བ་དང་། རིག་  
 པ་ངར་ཆེལ་བྱུང་བས་དག་སྦྱོར་ཤིང་ཆེད་སོང་སྟེ། སྤར་དང་མི་འདྲ་བའི་བདེ་སྤོང་གི་ཉམས་  
 བཟང་པོ་སྤྱིས་བྱུང་བས། གྲོང་ཡུལ་དུ་ཡོངས་སྤྱོད་ལ་བྱུང་རྒྱལ་དུ་སྤྱོད་ཆོའི་བརྒྱུ་འབུལ་



ན་ཟས་ཅི་དང་མ་བྱལ་བ་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། ཁོ་བོ་ལ་དེ་མེད་ནས་ཀྱང་ལོ་འགའ་ཐལ་ལོ། ཐལ་ལ་འད་རྒྱ་ཀ་ཐོབ་བྱས་པས། འོན་ཏེ་ཞིག་མེད་ཐབས་རང་མི་འདུག་ཟེར་བས། རྩོམ་ཡིན་ཟས་རོ་དང་མ་བྱལ་བ་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། ཁོ་བོ་ལ་དེ་མེད་ནས་ཀྱང་ལོ་འགའ་ཐལ་ལོ། རྩོམ་ལ་འད་རྒྱ་ཀ་ཐོབ་ཅིག་བྱས་པས། ཁོང་ཆོན་ཏེ། ཁྱོད་ཀྱི་ལྷོ་གོས་འདི་ལ་གཟུགས་བརྒྱན་དང་བཟབས་འདི་ལས་བྱུང་དོགས་མི་འདུག ཐོ་རང་མ་སྐྱེས། མི་གཡོག་བྱས་ཅུང་ལྟོ་འགྲངས་ལ་གོས་དྲོ་བ་ཡོང་། འཛམ་བུ་སྤྱིར་གི་མི་ཞིག་ལ་ཁྱོད་ལས་སྤྱུག་པ་དང་སྤྱིར་ཐོ་བ་མི་འོར་ཟེར་བ་ལ། ངས་ཁོ་རེ་ཆོ་དེ་སྐད་མ་ཟེར་དང་། ང་མི་ལུས་ལོན་པའི་དྲག་ཤོས་ཤིག་ཡིན་ཏེ། ལྷོ་བྲག་མར་པ་ལོ་རྩོ་ལྟ་བུ་དང་མཇལ། ཆོ་གཅིག་ལུས་གཅིག་ལ་སངས་རྒྱུ་བའི་གདམས་ངག་ཐོབ་ནས། དཔེན་པའི་རི་ལ་ཆོ་འདི་སྒྲོས་བཏང་སྟེ་སྒྲོམ་ཞིང་ནམ་གཞག་གཏན་གྱི་དོན་བསྐྱབ། ལྷོ་གོས་གཏམ་གསུམ་ལ་གྱིང་བསྐྱར་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་དགྲ་ཆོ་འདིར་འཛམ་ས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པས། འཛམ་བུ་སྤྱིར་གི་མི་གཅིག་ལ་ང་བས་པོ་ཆོད་པ་དང་འདུན་མ་ལོགས་པ་མེད། དེ་བས་ཁྱོད་རང་རྣམས་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྐྱན་པ་དར་བའི་ཡུལ་ཕྱོགས་སུ་སྐྱེས་ཅུང་། སྐྱབ་པ་བྱེད་པ་དག་ཨ་ཅང་ཆེ་སྟེ། ཆོས་ཉན་པ་ཙམ་གྱི་འདུ་ཤེས་ཀྱང་མེད་པར་དབྱེལ་བ་གཏིང་ཅི་ཟབ་དང་ཡུན་ཅི་རིང་གི་ཐབས་སུ། སྤྱིག་པ་ལ་བྲེག་སོག་སུལ་གསོག་བྱེད་པ་ལས་འདུན་མ་ཉེས་ཆབས་ཆེ་བ་མི་འོང་། ང་ནམ་སྤྱགས་བདེ་ཞིང་སྤྱིད་པ་དག་ཨ་ཅང་ཆེ་སྟེ། འཕྲལ་ལ་འད་སྒོ་བདེ་བའི་གདེང་འདི་འདྲ་ཡོད་པས། ངའི་སྤྱི་འདི་ཉོན་ཅིག་བྱས་བདེ་བ་ལྷའི་སྤྱི་འདི་སྤྲངས་སོ། །

ཐེ་བཙུན་ཅན་མར་པའི་ཞབས་ལ་འདུད། ཆོ་འདི་སྒོ་ཡིས་ཐོངས་པར་བྱིན་གྱིས་ཆོབས། བྲག་དཀར་ཏྲ་སོ་དབུ་མ་རྫོང་། དབུ་མ་རྫོང་གི་རྫོང་ཅེན། ཁོད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་རས་པ་ང་། ལྷོ་གོས་ཆོ་འདི་སྒྲོས་བཏང་ནས། རྩོགས་པའི་སངས་རྒྱུས་སྐྱབ་པ་ལ། འོག་ནས་པའི་འཕོ་ལ་རྒྱུང་བདེ། སྤྱོད་ན་བལ་པོའི་ཤིང་རས་བདེ། སྤུས་མ་བྱུང་སྒོམ་ཐག་སྒོར་





ནས་བྱུག་དཀར་རྩ་མོར་སློབས་བྱུང་སྟེ། སློའི་སྤྱི་ནས་བལྟས་པས། ང་དག་འཇུག་གིས་  
གཏུངས་པའི་ལུས། མིག་གཏིང་དུ་སྦྱང་བ། རུས་པ་ཐམས་ཅད་སྦང་དུ་ཐོན་པ། མདོག་སྟོ་  
ལ་ཤརིད་པ། ཤར་རུས་བྱལ་དུ་ཆ་བའི་པགས་པ་ལ་བསྟུ་སྟེ་ཐིང་དེ་བསྟུས་པ། སྒྲ་ཡིགས་ལ་  
འཛིངས་པ། ཡན་ལག་རྣམས་འཆག་ལ་ཁད་པ་དེ་མཐོང་ནས། ཐོག་མར་འདྲེ་ཡིན་པ་འདྲ་  
སྟེ། སྟེང་མི་ཡིན་ནམ་འདྲེ་ཡིན་ཟེར། ང་མི་ལ་ཐོས་པ་དག་འ་ཡིན་བྱས་པས་སྐད་དོ་ཤེས་  
ཏེ། བྱང་དུ་འོངས་ང་ལ་འཇུས་ནས། ཨ་ཇོ་ཨ་ཇོ་ཟེར་བའི་ངང་ནས་ཡུག་གཅིག་བྲན་མེད་དུ་  
བརྒྱལ་འདུག། ངས་ཀྱང་བཏང་ཡིན་པར་ཤེས་ཏེ། དག་འབད་དང་སྟོབ་གཉིས་ཀ་བྱུང་། གསོ་  
བའི་ཐབས་ཅི་ཡིགས་བྱས་པས། དར་ཅིག་ནས་བྲན་པ་རྒྱེད་དེ། སུས་མོ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་  
མགོ་བོ་བཙུང་། ལག་པག་དོང་ལ་བཀག་ནས། སུ་བའི་སྟེ་སྟེ་གསལ་ལ། ཨ་མའི་ཨ་ཇོ་སྟོང་  
ལ་འདོད་བཞིན་པའི་ངང་ནས་སྟུག་གིར་ཤི། གཞན་འཁོར་མི་ནི་མ་བྱུང་བས་ང་སྟུག་བྲགས་  
ཁྱིམ་དུ་མ་རྒྱུགས་པར་ཡུལ་གཞན་དུ་སྤྱང་དུ་བྱིན། ཨ་ཇོ་ཡང་ཤི་བ་ཡིན་ནམ། མ་ཤིན་འདི་  
བས་སྦྱིད་པ་ཞིག་ཡོད་སྟེ། ཨ་ཇོའི་སྦྱིད་སྟུག་ནི་འདི་ཀར་འདུག། ང་སྤིང་མོའི་ཁ་  
འཁོས་ནི་འདི་ཀ་ཡིན། བྱུང་གམིང་སྤིང་བས་སྟུག་པ་ནི་ས་ཐོག་དུ་མི་འོང་ཟེར་པ་མའི་མིང་  
ནས་བོས་ཏེ། མང་དུ་དུ་ཞིང་འདུག་པ་ལ་ངས་སེམས་གསོ་མང་པོ་བཀྲང་རུང་པ་ན་པ་མ་བྱུང་  
བས། ང་རང་ཡང་ཤིན་ཏུ་སྟོབ་པའི་ངང་ནས་སྤིང་མོ་ལ་སྟུ་འདི་བྱངས་སོ། །

རྒྱུ་མ་རྣམས་ལ་སྟུག་འཆའ་ལོ། སྤྱང་རི་ཁྲོད་ཟེན་པར་བྱིན་གྱིས་སྟོབས། སྤིང་  
མོ་འཁོར་བའི་གཏུང་སེམས་ཅན། སྤྱིར་སྦྱིད་སྟུག་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་སྟེ། སྟོས་སྟུག་  
ལུགས་འདི་འདྲ་བྱས་ཀྱུར་ན། གཏན་གྱི་བདེ་སྦྱིད་ཡོད་པར་ངས། དེ་སྤིང་ཨ་ཇོའི་སྟུ་ལ་  
ཉོན། ང་འགྲོ་ཀུན་རྒྱུན་ཅན་པ་མ་ཡི། སྤིན་ལན་བས་བསྤྱིར་ཆོས་བྱེད་པའི། གནས་ལ་  
བལྟས་ན་རི་དྲགས་འདྲ། གཞན་གྱིས་མཐོང་ན་སྤིང་སྤྱང་ལྟར། ཟས་ལ་བལྟས་ན་ཁྲི་པག་

འདྲ། གཞན་གྱིས་མཐོང་ན་སྐྱུག་གྱོ་ལྔ་། ལུས་ལ་བལྟས་ན་ཀེང་རུས་འདྲ། སྤང་  
དགས་མཐོང་ཡང་མཆིམ་འཆོར། སྤྱིད་ལམ་བལྟས་ན་སྐྱོན་པ་འདྲ། སྤྱིང་མོ་ཡི་ལུག་ཁ་  
སྤྱིངས་སྤྱེ། སེམས་ལ་བལྟས་ན་སངས་རྒྱས་དངོས། རྒྱལ་བས་གཟིགས་ན་སྤྱོད་བསྤྱེ། །  
འོག་ན་རྩོམ་གྲང་ཆལ་ལ། འགྲུགས་འཇིགས་པའི་སྤྱིང་རུས་བྱས། ལུས་ཕྱིན་ཟླ་ཡི་  
རང་བཞིན་ལ། མདོག་སྤྱོན་པོ་ཞིག་ལ་འགྱུར་བ་མེད། མི་མེད་བྲག་གི་ཕུག་པ་ན། སྤྱོ་  
ཆད་དེ་བ་ལ་སངས་རུས་མེད། སྤྱིང་རུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ལ། ཡིད་དུང་ངེ་བ་ལ་  
འབྲལ་བ་མེད། སངས་སྤྱིང་རུས་འདི་ལྟར་བསྐྱོམས་པའི་མཐུས། ཉམས་རྟོགས་སྤྱེ་བར་ཐེ་  
ཆོམ་མེད། ཉམས་དང་རྟོགས་པ་འབྲུངས་པ་ན། ཆོ་འདིའི་བདེ་སྤྱིད་ཞོར་ལ་འབྱུང་། བྱི་  
མ་མདོན་པར་རྟོགས་སངས་རྒྱ། དེ་ཕྱིར་སྤྱིང་མོ་བེ་ཏ་ལྟམ། ཡི་ཆད་སྐྱུག་བསྐྱེལ་མ་མང་  
བར། ཆོས་ཕྱིར་དཀའ་བ་སྤྱད་འཆལ་ལོ། བྱས་པས།

པེ་ཏ་ན་རེ། དེ་ལྟར་ཡིན་ན་དག་ངོ་མཚར་ཆེ་སྤྱེ། བདེན་པ་རང་དཀའ་བ་  
འདྲ། བདེན་ན་ཆོས་པ་གཞན་ན་མས་ཀྱང་འདི་བཞིན་རང་མ་བྱུང་རུང་འདིའི་ཆ་འདྲ་ཙམ་བྱེད་  
ཐང་སྤྱེ། སྐྱུག་འདི་འདྲ་བྱེད་མ་ཁན་མ་མཐོང་ཟེར། ཟན་དང་ཆད་བྱིན་བྱུང་བ་ཟོས་འཐུངས་  
པའི་མོད་ལ་རིག་པ་གསལ་ལ་སིང་སོང་། དེའི་རུབ་མོད་གཤམ་སྤྱིར་ལ་བགོས་ཐོན་བྱུང་། ཉངས་  
པར་པེ་ཏ་སོང་རྗེས་སྤྱར་ཡོང་མ་སྤྱིང་བའི་ལུས་ལ་བདེ་ཟུག་ན་ཟུག་གཉིས་ཀ་ཡོད་པ་  
དང་། སེམས་ལ་དགོ་མི་དགོའི་རྟགས་སྤྱང་སྤྱོམས་བྱུང་ཆོ་སྤྱིང་རུས་བྱས་བསྐྱོམས་  
རུང་། ཕན་གཞོན་ཅི་ཡང་མ་བྱུང་།

དེ་ནས་ཞག་འགའ་ནས་མཛོམས་སེམས་ཤུམ་རྒྱུང་བ་དང་། རྩམ་ཆད་བཟང་ལ་མང་བ་  
ཁྱེར་ཏེ་པེ་ཏ་དང་གཉིས་ཀ་སྤང་དུ་བྱུང་བ། ངུ་ལེན་དུ་ཕྱིན་པ་དང་ཐུག་སྤྱེ། ང་ལ་གོས་མེད་  
པར་སྤྱིང་ཆེད་ཆེད་འདུག་པ་དེ་མཐོང་ནས། གཉིས་ཀ་ངོ་ཆ་རུང་མ་སོང་པར་དུ་ཞིང་འདུག་ དེ་  
ནས་ཤུམ་དང་སྤྱེ་སྤུལ་ཆད་དངས་པ་འཐུང་བའི་བར་ལ། པེ་ཏ་ན་རེ། དུ་ཨ་ཇོ་ལ་གང་ནས་

བལྟས་རུང་མི་དེ་མི་ང་རང་མི་འདུག་པས། བསོད་སྟོམས་རེ་མཛོད་ལ་མི་ཟས་དུམ་རེ་  
གསོལ། ངས་ན་བཟའ་ཞིག་ཅི་འབྱོར་བྱས་ལ་འབྲུལ་དུ་འོང་བེད། མཛོས་སེན་རེ། འཛོ་  
བའི་བསོད་སྟོམས་རེ་ཅིས་ཀྱང་མཛོད། ན་བཟའ་ཞིག་ངས་ཀྱང་འབྲུལ་དུ་འོང་བེད་  
བས། ངས་ད་ནམ་འཆི་ཆ་མེད་ལ་བསོད་སྟོམས་བྱས་འཛོ་བ་སྦྱབ་པའི་ལོང་དང་དོན་  
མེད། གྲང་གིར་ཤི་ཡང་ཆོས་ཤིར་ཡིན་པས་འབྱོད་རྒྱ་རྒྱུད། སྦྱབ་པ་སྒྲོས་བཏང་ནས་འབད་  
པས་བསྦྱབས་པའི་ལྷོ་ཡོག་ཆད་དང་། གོས་བཟང་པོ་བཅུགས་ནས་བྱོན་པའི་མདུན་  
དུ། གཉེན་དང་དག་འགྲོགས་འཛོགས་ནས་བག་མེད་གྱི་བཟའ་བཏང་དང་། བཞད་གད་བྱེད་  
པའི་ཆོས་དེས་ངའི་བསམ་པ་མི་རྫོགས་པས། བྱེད་གྱི་གོས་དང་འོང་མཁན་ཡང་མི་  
དགོས། ཁ་ལ་ཡང་མི་ཉན་པས་བསོད་སྟོམས་ཀྱང་མི་བྱེད་བྱས་པས།

བེད་ན་རེ། འོན་ཏེ་མཛོད་བསམ་པ་མི་འདུག་གིས་རྫོགས་པ་ཡིན། འདི་ལས་ཀྱང་  
སྦྱག་པ་ཞིག་གིས་རྫོགས་པ་འདུག་སྟེ། བྱ་ཐབས་རང་མེད་དམ་ཟེར་བ་ལ། ངའི་འདི་བས་  
ངན་སོང་གསུམ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པས་སྦྱག་སྟེ། སྦྱག་དེ་མྱོང་ཐབས་བྱེད་པའི་སེམས་ཅན་  
རང་མང་བར་གདུ། ངའི་བསམ་པ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་གིས་རྫོགས་པ་ཡིན་བྱས། བསམ་པ་  
རྫོགས་ལུགས་ཀྱི་སྤྱུ་འདི་སྤངས་སོ། །

རྗེ་སྤྱི་ལྟ་གསོལ་བ་འདེབས། །སྤྱང་རི་ཁྲོད་ཟེན་པར་བྱིན་གྱིས་སྒོམས། །ང་  
སྤྱིད་པ་གཉེན་གྱིས་མཛོར་ཞིང་། །སྦྱག་པ་དགྲ་ཡིས་མཛོར་བར། །རི་ཁྲོད་འདི་རུ་འཆི་རུས་  
ན། །རྣལ་འབྱོར་བསམ་པ་རྫོགས་པ་ཡིན། །རྒྱས་པ་གྲོགས་གྱིས་མཛོར་ཞིང་། །ན་བསྐང་  
མོས་མཛོར་བར། །རི་ཁྲོད་འདི་རུ་འཆི་རུས་ན། །རྣལ་འབྱོར་བསམ་པ་རྫོགས་པ་ཡིན། །ཤི་  
བམི་ཡིས་མཛོར་ཞིང་། །རོ་རུལ་བྱ་ཡིས་མཛོར་བར། །རི་ཁྲོད་འདི་རུ་འཆི་རུས་ན། །  
རྣལ་འབྱོར་བསམ་པ་རྫོགས་པ་ཡིན། །ཤར་ལྷ་སྤྱང་མས་མཛོར་བ་དང་། །རྩ་རྒྱུས་འབྲུལ་ཡིས་  
ཟབ་རུ། །རི་ཁྲོད་འདི་རུ་འཆི་རུས་ན། །རྣལ་འབྱོར་བསམ་པ་རྫོགས་པ་ཡིན། །ང་སྟོན་མི་

རྫོལ་མེད་པ་དང་། བཅུ་གཟུགས་རྫོལ་མེད་པ་རུ། རི་ཁྲོད་འདི་རུ་འཁོར་ཕྱིན། རྣམ་འབྱོར་  
བསམ་པ་རྫོགས་པ་ཡིན། རིལ་འཁོར་མི་མེད་པ་དང་། འཁོར་ཕྱིན་མི་མེད་པ་རུ། རི་ཁྲོད་  
འདི་རུ་འཁོར་ཕྱིན། རྣམ་འབྱོར་བསམ་པ་རྫོགས་པ་ཡིན། ངག་ར་སོང་འདྲི་མི་མེད་པ་  
དང་། འདྲི་ར་སོང་གཏད་མི་མེད་པ་རུ། རི་ཁྲོད་འདི་རུ་འཁོར་ཕྱིན། རྣམ་འབྱོར་བསམ་  
པ་རྫོགས་པ་ཡིན། མི་མེད་ལུང་པའི་བྲག་ལུག་ཏུ། སྤྲང་པོ་འཁོར་པའི་སྒྲོན་ལམ་འདི། །  
འགྲོ་བའི་དོན་དུ་ཐེབས་པར་ཤོག། ཐེབས་ན་བསམ་པ་རྫོགས་པ་ཡིན། བྱས་པས།

མཛེས་སེམ་རེ། དང་པོའི་གསུང་ལུགས་དང་ད་ལྟའི་མཛོད་པ་རྣམས་མཐུན་པར་  
འདུག་པས་ངོ་མཚར་ཆེ་བར། བེ་ཏན་རེ་ཨ་ཛོ་རང་ཅི་གསུང་རུང་འཛོལ་དང་ན་བཟའ་ཡེ་མེད་  
པ་འདི་ལ། ངས་ཡེ་མི་བཟོད་པར་འདུག་པས། ངས་ན་བཟའ་ཞིག་ཅི་འབྱོར་བྱས་སྐྱེལ་དུ་  
འོང་། ལྟོ་གོས་བཟང་བས་སྐྱབ་པ་བྱོས་དོགས་མེད་དེ། བསོད་སྒྲོམས་མི་བྱེད་པར་  
འདུག། མ་བྱས་པར་ཨ་ཛོ་རང་གི་བསམ་པ་ལྟར་རི་ཁྲོད་འདིར་འཁོར་མཁའ་མེད་པར་སྐྱག་  
གིར་འཁོར་བ་འདུག་གིས་དང་། གལ་ཏེ་མ་ཤིན་ངས་གོས་ཤིག་ཅི་འབྱོར་བྱས་སྐྱེལ་ལོ་  
ཟེར། ཁོང་གཉིས་སོང་།

ངས་བཟའ་བཟང་པོ་རྣམས་བོས་པས། ལུས་ཀྱི་བདེ་ལུག་དང་ན་ལུག་ཡིད་ཀྱི་ལུས་སྣང་  
རྣམས་རྗེ་ཆེར་སོང་ནས་སྒྲོམ་མི་རུས་པ་བྱུང་བའི་ཆོ། སྒྲོམ་མི་རུས་པ་ལས་གོགས་ཆེ་བ་མི་འོང་  
སྒྲམ། སྒྲམས་གནང་བའི་ཤོག་རིལ་གྱི་རྒྱ་བཞིགས་ནས་བལྟས་པས། དེའི་ནང་ན་གོགས་  
སེལ་བོགས་འདོན་གྱི་ཉིང་བུ། སྒྲོན་འཛིན་ཡོན་ཏན་དུ་བསྐྱུར་བའི་མན་ངག་རྣམས་དང་། ལྷང་  
པར་འདིའི་སྐབས་སུ་ཐམ་བཟང་པོ་བསྐྱེད་བྱ་བ་ཞིག་འདུག་པས། སྤར་སྤྲིང་རུས་བྱས་  
བསྒྲོམས་པའི་རུས་པས། ཅུ་ནང་དུ་ཁམས་འདུས་སུ་ཆ་བཟས་རན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་སྒྲོང་མ་  
རུས་པ་ལ། བེ་ཏའི་ཆང་གིས་རུང་བྱེད་བསྐྱུངས། མཛེས་སེལ་སྤུལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་རྫོགས་  
པར་བསྐྱུངས་པར་གོ་ནས། ཤོག་རིལ་གྱི་ནང་ལྟར་ལུས་གནང་། ལྷང་གནང་། དམིགས་པ་

རྣམས་ལ་འབད་པས། ཅུ་ཕྱུར་རྣམས་ཀྱི་མདུད་པ་གྲོལ། དབུ་མའི་ཡང་ལྟེ་བ་མཉམ་གྱི་མདུད་པ་  
 གྲོལ་ཏེ། བདག་སལ་མི་རྟོག་པའི་རྣམས་སྤར་གོ་རྟོའང་བ་རྣམས་དང་ཚིག་ཏུ་འབྲལ། དོན་ལ་  
 ཅུ་ལ་ཆེ་ཞིང་བརྟན་པས་མི་འདྲ་བའི་རྣམས་རྟོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཁྱད་པར་ཅན་སྟེས་ཏེ། གཤག་ས་  
 ལས་གྲོལ་ནས་སྟོན་རྣམས་ཡོན་ཏན་དུ་ངོ་འཕྲོད། རྣམ་རྟོག་ཏུ་བཟུང་བ་ཆོས་སྤྱར་ཤར་  
 བས། སྤྱིར་འཁོར་འདས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྟེན་འབྲེལ་དུ་གཤེེན། དེ་ཡང་ཀུན་གཤིར་  
 སེམས་སྟོགས་ལྟུང་དང་བལ་བ། ལམ་ལོག་ལྟས་བྱངས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་འབྲས་བུ་འཁོར་  
 བ། ལམ་ལྟག་བསམ་གྱིས་བྱངས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་འབྲས་བུ་སྦྱང་འདས། དེ་གཉིས་ཀའི་སྦྱིང་  
 བོ་སྦྱང་ཉིད་འོད་གསལ་དུ་ཁོ་ཐག་ཆོད་ལ། ཁྱད་པར་དུ་ཡན་རྒྱུད་ལ་སྟེས་པའི་ཡོན་ཏན་འདི་  
 སྤར་བ་སྟོམས་པས་རྒྱུ་བྱས། ཟམ་དང་མནང་ག་ཟམ་མོས་རྒྱུན་གྱས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ལས་བྱུང་  
 བར་གོ་ནས། གསང་སྤགས་ཐབས་ཀྱི་ལམ་འདོད་ཡོན་ལམ་དུ་འབྱེར་བ་ལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་  
 པའི་ངེས་ཤེས་འཕྲོངས། བེ་ཏ་དང་མཛེས་སེ་ཡང་ཤིན་ཏུ་བྱིན་ཆེ་བར་གོ་ནས། བྱས་པ་བྱིན་  
 ག་ཟོད་གོ་བ་བྱུང་རྒྱབ་ཏུ་བསྡོམས་པའི་མཐར། རྟེན་འབྲེལ་སྦྱིང་བའི་སྦྱུ་འདི་བྱངས་སོ། རྟོ་  
 བྱག་མར་པའི་ཞབས་ལ་འདུད། སྦྱང་འཁོར་ཟིན་པར་བྱིན་གྱིས་རྟོབས། ཡོན་བདག་བཟང་  
 བའི་ཚོགས་གསོག་ལ། འོན་གཉིས་འབྲུག་པའི་རྟེན་འབྲེལ་འགྲིག། རྟེན་དཀར་འཛིག་སྦྱའི་  
 ལུས་པོ་འདི། ཟམ་དང་ཕྱད་པས་སྤྱུ་ཁམས་བཟང་། འོག་མོས་ཡི་ཕྱི་བཙུད་དང་། དགུང་  
 སྟོན་དབྱིངས་ཀྱི་སྦྱང་ཆར་གཉིས། འགོ་ལ་པན་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན། རྟེན་འབྲེལ་གྱི་སྦྱིང་  
 བོ་ལྟ་ཆོས་ཡིན། ཁ་མས་གསོས་པའི་སྦྱུ་ལུས་དང་། སྦྱ་མ་དམ་པའི་གདམས་དག་  
 གཉིས། ལྟ་ཆོས་བྱེད་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན། རྟེན་འབྲེལ་གྱི་སྦྱིང་བོ་སྦྱིང་རུས་ཡིན། མི་  
 མེད་ལུང་པའི་བྲག་ཐུག་དང་། ཁ་ཞེ་མེད་པའི་དགོ་སྟོར་གཉིས། ཅི་བསམས་འབྲུག་པའི་  
 རྟེན་འབྲེལ་ཡིན། རྟེན་འབྲེལ་གྱི་སྦྱིང་བོ་སྦྱང་ཉིད་ཡིན། མི་ལ་རས་པའི་སྟོན་བསྟན་  
 དང་། ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་དད་པ་གཉིས། འགོ་དོན་འབྱུང་བའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན།

རྟེན་འབྲེལ་གྱི་སྤྲིང་པོ་སྤྲིང་ཇི་ཡིན། །བྲག་ལ་སྒྲོམ་པའི་སྒྲོམ་ཆེན་དང་། །འཛོལ་སྤྱོད་བའི་  
ཡོན་བདག་གཉིས། །སངས་མཉམ་པོར་རྒྱ་བའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན། །རྟེན་འབྲེལ་གྱི་སྤྲིང་པོ་  
བསྐྱོར་ཡིན། །སྒྲུབ་བཟང་པོའི་ཐུགས་ཇི་དང་། །སྒྲོབ་མ་བཟང་པོའི་སྒྲོམ་བསྐྱུར་གཉིས། །  
བསྐྱུར་པ་འཛོལ་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན། །རྟེན་འབྲེལ་གྱི་སྤྲིང་པོ་དམ་ཚིག་ཡིན། །བྱིན་རྒྱ་བས་  
ལྷུང་པོའི་དབང་བསྐྱུར་དང་། །དད་གུས་དྲག་པོའི་གསོལ་འདེབས་གཉིས། །ལྷུང་དུ་མཇུག་  
བའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན། །རྟེན་འབྲེལ་གྱི་སྤྲིང་པོ་བཀྲ་ཤིས་ཡིན། །ཇི་མི་བསྐྱེད་ཀྱི་དོ་བོ་དོ་ཇི་  
འཆང་། །སྤྲུང་པོའི་སྤྲིད་སྤྲུག་ཁྱེད་རང་མཁྱེན། །ཞེས་པའི་གླུ་གྲངས།

དེ་ནས་ཡང་སྤྲིང་རུས་བྲུས་བསྐྱོམས་པས། །ཉིན་སྤྲང་ལ་ལུས་འདོད་དགུར་བསྐྱུར་བ་  
དང་། །མཁའ་ལ་ལྷིང་བ་ལ་སོགས་ཏེ་རྩལ་ལྷུང་ལ་མ་རྒྱུད་དཔག་མེད་སྟོན་རུས་པའི་ཉམས་  
ཤར། །མཚན་སྤྲང་མི་ལམ་དུ་སྤྲིད་པའི་རྩ་རྩེ་ཀུན་ཐོགས་མེད་དུ་གསལ་ཞིང་ཉལ་རུས་པ་  
དང་། །ལུས་སེམས་བརྒྱུན་གདུམ་པ་སྤྲུལ་ནས། །རེ་རེ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཞིང་རེ་རེ་ཕྱིན་ཏེ་  
ཆོས་ཉན་པ་དང་། །སེམས་ཅན་དཔག་མེད་ལ་ཆོས་སྟོན་རུས་པ་དང་། །ལུས་མེར་འབར་བ་  
དང་། །རྩར་འབྲུབ་པ་ལ་སོགས་ཏེ། །རྩལ་ལྷུང་ལ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་སྟོན་པ་བྱུང་བས་  
སེམས་ལ་དགའ་སྟོད་དང་དཔའ་སྐྱེས་ནས་བོད་བཞིན་བསྐྱོམས་པས། །དངོས་སུ་ཉམ་མཁའ་ལ་  
འཕུར་རུས་པ་བྱུང་སྟེ། །རས་སྤྲིན་ཁྱུགས་གྱི་བ་མའི་རྫོང་ལ་ཕར་འཕུར་ཏེ་བསྐྱོམས་  
པས། །གཏུམ་མོའི་བདེ་ཤོད་ཀྱང་སྤར་བས་ལྷག་པ་བསམ་མཁྱིས་མི་བྱུང་བ་སྟེས། །རས་བྲག་  
དགར་རྟ་སོར་རྩྱུར་འོངས་པའི་ཆོ། །རྟ་སོའི་འགམ་ན་སྤོང་མཐའ་བྱ་བའི་ཡུལ་ཆུང་ཞིག་ཡོད་པ་  
དེ་ན། །དང་པོ་ཨ་ཁུའི་མནའ་མ་ཐིབས་འོག་རྟ་ཤི་བའི་མིང་པོ་ཕ་བྲུག་ཉིས་བྲུས་ཆོས་སྤྱ་  
འབྲིད། །ཕས་ཐོང་བཟུང་ནས་ཞིང་ཆོ་ཞིང་འདུག་པས། །བྲུས་ངའཕུར་བམ་ཐོང་ནས། །ཨ་ཕ་  
ཡ་མཚན་ལ་སྟོས་དང་མི་འཕུར་བྱུང་ཟེར་ །ལས་འབྲོ་བོར་ནས་སྤྲིང་འདུག་པ་ལ་ །ཕན་རེ་

ཡ་མཚན་དང་ལྟ་མོ་ཆུ་ཅི་ཡོད། ལྷ་ཆ་དཀར་རྒྱ་ཟེར་བའི་བུད་མེད་ཁྲམ་མ་ཞིག་གི་  
བྲ། གཡོན་ཅན་མི་ལ་ཟེར་བའི་གོ་གསལ་ལྟོ་མ་ཕྱིད་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ཡིན་པར་འདུག། གྲིབ་མ་  
དང་འགོ་མ་ཡུག་མ་ཕོག་པ་གྲིས་ལ་ཆོས་སྒྲིབ་ཟེར། ཕར་དང་གྲིབ་མ་ཕོག་གིས་དོགས་མ་གོ་  
ལུས་ཡོ་བྱེད་ཅིང་འདུག། བུ་ན་རེ། འཕུར་ཐུབ་ན་གོག་ན་འང་གོག། ལྟ་མོ་མི་འཕུར་བ་  
ལས་ཆེ་བ་མི་འོང་བས་ལྟོས་ཟེར་ལྟ་ཞིང་འདུག་གོ།

དེ་ནས་དཔེ་བསམ་པ་ལ། ད་ངས་འགྲོ་དོན་བྱས་ན་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་ཐོགས་པ་  
འདུག་པས་བྱེད་དགོས་སྒྲུབ་པའི་ཆོ། ཡི་དམ་གྲིས་དངོས་སུ་ཆོ་འདིར་སྒྲུམ་འི་བཀའ་བཞིན་  
སྒྱུབ་པ་གཙོ་བོར་ཐོན་ཅིག། སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པའི་ཞབས་ཏྲུག་དང་སེམས་ཅན་གྱི་འགྲོ་དོན་  
ལ་དེ་བས་ཆེ་བ་མི་འོང་ངོ་བྱ་བའི་ལུང་བསྟན་བྱུང་བས། བསམ་སྒྲུབ་ལ། ཆོ་གང་འདི་སྒྱུབ་  
པས་འདས་ན། མ་འོངས་པའི་སྐལ་ལྷན་གྱི་སྒྲེས་བྲུ་རྣམས་ཆོ་སྒྲོས་བཏང་སྟེ་ཆོས་སྒྱུབ་པའི་  
མིག་རྒྱུན་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པས། བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་ཐོགས་རྒྱ་ཆེར་འོང་བར་གོ་  
ནས། སྒྱུབ་པ་རང་བྱེད་པར་སྒྲོ་ཐག་ཆོད་པ་ལ། ཡང་བསམ་སྒྲུབ་ཞིག་ལ། ད་སྤར་གནས་  
འདིར་ཡུན་རིང་དུ་བསྐྱད། དེ་བར་མི་བྱུང་བ་རྣམས་ལ་ཆོས་གྱི་ཁ་ཕོ་ཡང་མང་པོ་ཤོར། ལྷ་  
བར་བའི་ཉམས་རྟོགས་ཤལ་ནས་འཕུར་བ་དེ་ཡང་མིས་མ་ཐོང་། ད་འདིར་བསྐྱད་ཅུང་འཛིག་  
རྟོན་པའི་རྒྱུ་བསྒྲིག་དང་། འདོད་པ་སྒྱུབ་དགོས་སོགས་ལྟའི་བྱའི་བདུན་དང་། འཛིག་རྟོན་  
ཆོས་བརྒྱུད་གྲིས་སྒྱུབ་པ་ལ་བར་ཆད་བྱུང་དོགས་ཡོད་པས། སྒྲུམ་པས་ལུང་བསྟན་པའི་གནས་  
རྒྱུད་བར་ལ་སྒྲོམ་དུ་འགྲོ་དགོས་སྒྲུབ། ཟླ་འཛོད་པའི་ཇ་དེ་རྒྱུ་བ་ཏུ་གཏང་དེ་བྲག་དཀར་རྟ་མོ་  
ནས་ཆས་འོངས་པས་སྒྱུབ་པ་ཡུན་རིང་གི་བར་ལ་ལྟོ་གོས་ངན་པའི་སྟོབས་གྲིས་རྒྱུད་པ་ལ་རུ་  
ཆགས་པ་ཐུག་པའི་འགྲམ་དུ་རྫོལ་འབྱེད་ནས་འབྲེལ་བས། ཇའི་ལུང་ཐག་ཆད་ནས་ཐབ་ཏུ་  
ཤོར་བ་འཛིན་དུ་ཕྱིན་པས། ཇ་ཆག་པའི་ནང་ནས་ཟླ་ལྷུང་མ་གཅིག་ཁར་གཅིག་ཆགས་པ་ཇ་རང་



ཇི་ལྟ་བཞིག་སྒྲིལ་བར་འབྱུང་བ་ལ། འདུས་བྱས་མི་རྟག་པ་སྟོན་ཅིང་བྲག་གསེབ་དང་། སྒྲུབ་  
པའི་བསྐྱལ་མར་ཡང་གོ་སྟེ་ཡ་མཚན་ཞིང་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་ངང་ནས།

རྒྱ་དཀར་ཡོད་པ་དུ་མེད། །དཔེ་འདིས་འདུས་བྱས་ཀྱི་ཚོས་ཀུན་མཚོན། །བྱུང་པར་  
དལ་འབྱོར་གྱི་མི་ལུས་མཚོན། །དེས་ན་ནལ་འབྱོར་མི་ལང་། །ཡིངས་མེད་དུ་སྒྲུབ་ལ་བརྩོན་  
འགྲུས་བྱེད། །ཁོར་ཡོད་ཀྱི་འདུས་པ་མཐོང་བའི་རྒྱ། །དུས་དུ་ལན་ཆག་པ་བླམ་རྒྱུང་། །  
ཚོས་མི་རྟག་པ་ཤད་པ་ངོ་མཚར་ཆེ། །

ཟེར་སྒྲུ་ལེན་ཞིང་ཡོད་པའི་ཆེ། །ཁྱི་ར་བ་འགའ་ཚ་བ་འདེབས་སུ་བའི་སར་བྱུང་  
ནས། །ནལ་འབྱོར་པ་ཁྱོད་ལ་སྒྲུ་ལེན་པའི་སྐད་སྒྲན་པོ་ཞིག་འདུག རྒྱའི་ཁོག་མ་དེ་བཅག་ནས་  
བྲལ་བའི་མེད་པའི་སྒྲིབ་པ་ཡིན། །ལུས་སྒྲིབ་པ་རིད་པ་འདི་ཅི་ལས་བྱུང་བེར་བ་ལ། །ངས་ལུས་  
བྱུངས་ཟད་པའི་རྒྱུ་མཚན་ནམས་པ་ཤད་པས། །ངོ་མཚར་ཆེ་ལོན་ཡར་ཤོག་ཟེར་ཆ་བཟུམ་དུ་  
བྱིན་པ་བེད་པར་ལ།

ཁྱི་ར་བ་གཞིན་པ་ཞིག་ན་རེ། །ཁྱོད་རང་མི་མིག་རྩ་ཅན་ཞིག་འདུག་པ་ལ། །འདི་འདྲའི་  
སྒྲུག་བྱེད་པ་བས་འཛིག་རྟེན་པ་བྱས་ན། །རབ་རྟ་བཟང་སེང་སྒྲུག་འདྲ་བ་ཞོན། །འཁོར་གསུམ་  
ཚོར་མ་འདྲ་བ་བཏགས་ནས། །སྤང་བའི་དགྲ་བཏུལ། །ཁོར་ལོངས་སྒྲིབ་འཛོམ་པོས་བྱམས་  
པའི་གཉེན་བསྐྱུངས་པས་སྒྲིབ་འོང་། །དེ་མིན་ཚོང་བྱས་རུང་རང་མགོ་ཐོན་པས་སྒྲིབ་འོང་། །ཐ་  
མ་མི་གཡོག་བྱས་ཀྱང་སྟོ་གོས་བཟང་པོ་སྒྲིབ་པས་ལུས་སེམས་འདི་འདྲ་བས་སྒྲིབ་པ་འོང་  
སྟེ། །སྤར་མ་ཤེས་འདུག །དེ་བྱས་པ་དྲག་ཟེར།

ཆན་པ་ན་རེ། །ཁོང་ཚོས་པ་སྒྲུབ་པ་པོ་དག་འཕོ་རང་ཞིག་ཡིན་རིགས་སུ་འདུག་  
པས། །བྱུང་ག་འཛིག་རྟེན་པའི་ལ་ཉན་དོགས་མེད་ཁ་ཕོག་སྟོན། །དེ་བས་ཁྱོད་གྲོ་བ་བདེ་མོ་  
རང་ཞིག་འདུག་པས། །ངེད་ཚོའི་སེམས་ལ་པན་པའི་སྒྲུག་ཅིག་ལོངས་དང་ཟེར་བས།

ངལ་ཁྱེད་རྣམས་ཀྱིས་བལྟས་ན་ང་སྤྱག་སྤྱག་འདྲ་སྟེ། འཛིག་རྟེན་འདི་ནང་བས་སྦྱིད་  
པ་དང་ཤེས་པ་བསམ་སྒྲོ་ཐོངས་པ་གཞན་མེད་པ་དེ་ཁྱེད་རྣམས་ཀྱིས་མགོ་ ངལ་ཁྱེད་རྣམས་  
ཀྱི་ར་དང་མཐུན་པའི་སྦྱིད་ལུགས་འདི་འདྲ་ཡོད་པས་ཉོན་ཅིག་བྱས་ནས་འཁྱོར་རྟ་རྒྱག་གི་སྒྲུ་  
འདི་སྤངས་སོ། །

ཕ་ཁྱིམ་ཅན་མར་པའི་ཞབས་ལ་འདུད། ང་རང་ལུས་རི་བོ་འདི་གོན་པར། བྱང་ལོག་  
སྟོད་ཀྱི་ལྷ་ཁང་ན། ཟུར་གསུམ་སྟིང་གི་དབུ་ཅེན། ཤེམས་ཀྱི་རྟ་ཕོ་རྒྱུད་ལྟར་འཕྱོ། རྟ་  
འཛིན་ན་ཞགས་པ་གང་གིས་འཛིན། བརྟོད་ན་ཕུར་པ་གང་གིས་བརྟོད། ཁྱོགས་ན་ཟས་སུ་ཅི་  
ཞིག་སྟེར། སྟོམ་ན་རྩ་ཅི་ཞིག་ལུད། འབྲུགས་ན་ར་བ་གང་དུ་འཕྱུད། རྟ་འཛིན་ན་  
གཉིས་མེད་ཀྱི་ཞགས་པས་འཛིན། བརྟོད་ན་རྟིང་འཛིན་གྱི་ཕུར་པས་བརྟོད། ཁྱོགས་ན་བྲ་  
མའི་གང་མས་ངག་སྟེར། སྟོམ་ན་དན་པའི་རྩ་རྒྱུན་ལུད། འབྲུགས་ན་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་ར་བར་  
འཕུག ཐབས་ཤེས་གཉིས་ཀྱི་སྒྲ་སྒྲ་བ་སྒྲུད། འཕྱུར་མེད་བརྟན་པའི་གོང་མེད་བཅུག །  
སྟོག་ཚུལ་རྒྱུད་གི་མཐུར་མཛད་འབུར། ཉེ་ལ་རིག་པའི་བྱེད་ཀྱང་ཞོན། ཐེག་ཆེན་སེམས་  
བསྐྱེད་རྒྱ་རྩེ་གཞུག། ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་པའི་འཛོལ་བྲལ་གྱོན། བཟོད་པའི་ཕུབ་རྒྱུད་རྒྱལ་བ་  
ལུར། ལྷ་བའི་མདུད་རིང་ལག་དུ་ཐོགས། ཤེས་རབ་ཀྱི་རལ་གྱི་སྒྲོལ་བཅུགས། ཀྱུན་  
གཞི་འཇམ་པོའི་སྤྱུག་མ་ལ། ཁོང་ཁོ་མེད་པའི་འཁྱོག་ཅིག་བསྐྱང། ཆོད་མེད་བཞི་ཡི་སྒྲོ་  
ཞིག་བསྒྲོན། ཤེས་རབ་ཞོན་པའི་མདེུབ་ཅུགས། སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་གཞུ་མོ་ལ། ཐབས་  
ལམ་ཟབ་མོས་ལྟོང་སྒྲུར་ནས། ཟུང་འཕུག་ཡངས་པའི་འདོམ་ལ་འཇམ། མཛད་འཕེན་པ་  
རྒྱལ་ཁམས་ཡོངས་ལ་འཕེན། ཐོག་པ་དད་པ་ཅན་ལ་ཐོག ཤི་བ་ངར་འཛིན་གྱི་འགོང་པོ་  
ལ། ཉེ་སྤྱིར་དགའ་བྱིན་མོངས་འདུལ། གཉེན་ཁྱིམ་འགོ་དུག་སེམས་ཅན་སྦྱོང། རྟ་རྒྱག་ནི་  
བདེ་ཆེན་ཐང་ལ་རྒྱག སྟོག་ནི་རྒྱལ་བའི་གོ་འཕང་སྟོག དཔྱུས་སྤྱད་འཁོར་བའི་གཞི་རྩ་  
བཅད། དཔྱུས་སྟོད་བྱང་རྒྱལ་སྐལ་སར་སྟེབ་ རྟ་དེ་ལྟར་བརྒྱགས་པས་སངས་རྒྱལ་

ཐོབ། ཁྱེད་ཀྱི་སྦྱིད་དང་འབྲ་ལམ་སྟོན། །འཛིག་རྟེན་གྱི་སྦྱིད་ལ་སྟོན་རྒྱུ་མེད། །བྱས་  
པས། ཁོང་རྣམས་དད་པར་གྱུར་ནས་སོང་ངོ་། །

ང་ཡང་རྒྱ་དབར་ལ་འགྲོ་བའི་ལམ་དཔལ་ཁུད་ལ་བརྒྱད་ནས་དིང་རིར་སླེབས་ཏེ་ལམ་  
ཁཞིག་ཏུ་ཐད་ཀར་ཉལ་ཏེ་བསྐྱད་པས། སྟོག་མོ་ལ་འགྲོ་བའི་ནུབ་རྒྱུད་གོས་འཕྱོར་མོ་འགའ་  
བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱིས་ང་དཀར་མུའི་ཀྱིས་གདུངས་པའི་ལུས་དེ་མཐོང་ནས། གཅིག་ནར། ཁོ་རེ་  
ཚོ་སྟོན་དང་སྟུག་སྟུག་གི་འབྲ་བ་ལ། འདི་འདྲའི་ལུས་སུ་ནམ་ཡང་སྐྱེ་བར་མ་འགྱུར་ཅིག་  
ཟེར། གཅིག་ནར། སླིང་ཆེ་བ་ལ། འདི་འདྲ་མཐོང་བས་ཀྱང་སླིང་རྒྱུད་ལྗང་བར་འདུག་ཟེར་  
བ་ལ། ང་ཡང་མ་རིག་པའི་སེམས་ཅན་སླིང་ཆེ་སྟེ་ཁོང་ཚོ་ལ་སླིང་ཆེ་ལྗང་བཞིག་སྟེ་  
ཅོག་ལངས་ནས། བུ་མོ་ཚོ་དེ་སྐད་མ་ཟེར་དང་། སེམས་ཁྲལ་དེ་མི་དགོས་པ་འདུག་  
གིས། ཁྱེད་རྣམས་ཀྱིས་ང་འབྲ་བར་སྟོན་ལམ་བཟབ་ཀྱང་སྐྱེ་བར་མི་འདུག་ སླིང་ཆེ་བ་ངོ་  
མཚར་ཆེ་སྟེ་རང་མཐོང་དང་སླིང་ཆེ་གོ་ལོག་ཡིན་པས་ངའི་སྤྱུ་འདི་ཉོན་ཅིག་བྱས་སྤྱུ་འདི་བྲལ་  
སོ། །

ཆེ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བཀའ་ངིན་ཅན། བྱིན་གྱིས་སྟོབས་ཤིག་མར་པའི་  
ཞབས། སེམས་ཅན་ལས་ངན་མཁར་བ་རྣམས། །རང་མིན་གཞན་ལ་མཐོང་བརྒྱུད། །  
ལས་ངན་བྱུ་མོ་ཁྱིམ་ལ་དད། །སྤང་ངན་རང་ཕྱིས་མེ་ལྟར་འབར། སེམས་ཅན་བསམ་བརྟག་  
སླིང་རེ་ཆེ། །དུས་ངན་བསྐྱལ་པའི་སྟིགས་མ་ལ། །ཁྲམ་པ་ཡི་དམ་ལྟ་བཞིན་མཆོད། །ཟོག་  
པོ་རིན་ཆེན་གསེར་ལས་བྱིན། །ཆོས་པ་ལམ་ཁའི་དོན་བཞིན་བསྐྱུར། །མ་རིག་སེམས་ཅན་སླིང་  
རེ་ཆེ། །ཁྱེད་བུ་མོ་འཕྱོར་མོ་སྟུན་རྣམས་དང་། །ང་གུང་ཐང་གི་མིལ་རས་པ་གཉིས། །ཞེས་  
ཀྱང་ཐར་ཁྲེལ་ཚུར་ཁྲེལ་ཡིན། །སླིང་ཡང་ཐར་ཆེ་ཚུར་ཆེ་ཡིན། །སླིང་ཆེ་འདུང་ཁ་བྱས་པ་  
ལ། །ཞེས་སུ་གསུ་བྱ་ལྟ་ལྟ་ཡང་ལྟ། །ཆོངས་པ་ཁ་འཆལ་སྤྱེ་བ་ལ། །མིལ་རས་པས་

གདམས་ངག་བཤད། །དེ་ཕྱི་ལན་ཆང་གིས་འཇམ་བཞིན། །ངན་ལན་བཟང་གིས་བསྐྱོར་བ་  
ཡིན། །བྱས་པས།

སྒྲིང་རྩེ་བལ་ཟེར་བའི་བུ་མོ་དེ་ན་རེ། །ཁོང་མིལ་རས་པ་ཟེར་བ་དེ་ཡིན་པར་  
འདུག། འོ་ཅག་ཀུན་རང་མཐོང་ཆེས་པས་ཁན་ས་གང་མིན་བཅོ་བརྒྱད་ཤོར། ད་བཤགས་པ་  
གྲིས་ཟེར། སྒྲོན་ལམ་འདེབས་མཁན་གྱི་བུ་མོ་དེ་ལ་ཆད་གཉེར་གྱིས་བསྐྱུལ་བས། མོས་ཀྱང་  
དུང་རྟོག་བདུན་ཕུལ་ནས། ཀུན་གྱིས་ཕྱག་འཆམ་བཤགས་པ་ཕུལ་ཏེ། ད་དུང་ཆོས་ཤིག་  
གནང་བར་ཞུ་ཟེར་བའི་ལན་དུ་སྐྱུ་འདི་སྤངས་སོ། །རྩེ་བཀའ་དྲིན་ཅན་ལ་གསོལ་བ་  
འདེབས། །དབྱངས་རྒྱུད་དམ་པའི་ཆོས་སུ་འཤད། །སྟེང་དགའ་ལྡན་ལྟ་ཡི་མོ་བྱང་ན། །  
ཆོས་ངེས་དོན་མི་བྱིན་དང་དོན་བྱིན། །འོག་མ་དྲོས་སྐྱུ་ཡི་མོ་བྱང་ན། །ཆོས་ཟབ་མོ་མི་བྱིན་ཟང་  
ཟེང་བྱིན། །བར་འཛམ་བུ་སྤྲིང་གི་མི་ཡུལ་འདིར། །ཆོས་མཁས་པ་མི་བྱིན་རྒྱུན་པ་བྱིན། །  
དབུས་གཅིང་རུ་བཞེད་རྒྱལ་ཁབ་སུ། །ཆོས་སྒྲོམ་པ་མི་བྱིན་བཤད་པ་བྱིན། །བྱས་ངན་  
བསྐྱུལ་པའི་སྒྲིགས་མཁུང། །མི་བཟང་པོ་མི་བྱིན་ངན་པ་བྱིན། །བུ་མོ་འཕྱོར་མོའི་མིག་ཡུལ་  
དུ། །མི་རྣམས་འཕྱོར་མི་བྱིན་འཕྱོར་པོ་བྱིན། །ནུབ་བུ་མོའི་ན་བརྩ། །ཆོས་སེལ་མ་མི་སྒྲན་  
དབྱངས་རྒྱུད་སྒྲན། །དེ་གདམས་ངག་སྐྱུ་རུ་སྤངས་པ་ཡིན། །དུང་རྟོག་བདུན་གྱི་གདབ་ལན་  
ཡིན། །བཤགས་པ་ཆར་བའི་དགའ་སྟོན་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པས།

ཁོང་རྣམས་དད་པར་གྱུར་ཏེ་སོང་ངོ་། །ངལ་དེ་བྱིན་དུ་བྱིན་པས། རྒྱུད་བར་དང་སྤྱིད་  
ཕུག་གཉིས་ཀའི་ལོ་རྒྱུས་ཐོས་ཏེ། སྤྱིད་ཕུག་ཉི་མ་རྫོང་དུ་སྒྲོམ་ཞིང་བསྐྱུང། དེར་དགོ་སྦྱོར་  
འཕེལ་བའི་ངང་ནས་རྒྱལ་འགའ་སོང་བ་དང་། བྱིན་པའི་མི་རྣམས་པཟུང་བཏུང་གི་མཐུན་རྒྱུན་  
རེ་ཁྱེར་ནས་ལན་རེ་རེ་གཉིས་གཉིས་བྱུང་བས་བསམ་གཏན་ལ་ཅུང་ཟད་གནོད་པར་གོ་  
ནས། དགནས་འདིར་ཡུན་རིང་རབ་ཡང་སོང་། དགོ་སྦྱོར་ཡང་འཕེལ་རབ་བྱུང་། དལ་ང་  
མི་འདུས་ན་བསམ་གཏན་གྱི་གོགས་སུ་འགྲོ་ཉིན་འདུག་པས། མི་མེད་ཀྱི་ཡུལ་དུ་སྟོང་ཞིག་ཏུ་

འགྲོ་དགོས། དེ་ཡང་སྒྲུ་མའི་བཀའ་བཞིན་ལ་སྤྱི་ལ་འགྲོ་དགོས་སྐྱེ་ཡོད་པའི་ཚེ། བེད་ས་  
 བལ་སྤྱ་བྱུང་ཚད་བསྐྱེས་ནས་བཅོས་པའི་སྐྱེ་ལ་བྱ་གཅིག་ཁྱེར་ཏེ། བྲག་དཀར་རྩ་སོར་སྤྱིན་  
 པས། ང་མི་འདུག་པ་དང་། ཀུན་ལ་འདི་ཞིང་འཛོལ་དུ་སྤྱིན་ཚེ། སྤང་ཐང་སྟོད་དུ་ནལ་  
 འབྱོར་བ་བྱའི་འབྲུ་འབྲུ་བཞིག་དང་ལུང་ནས་ལ་སྟོད་ལྗོངས་ཤིག་སལ་སོང་ཟེར་བ་ཐོས་ཏེ། ངའི་  
 རྩེས་གཅོད་ཅིང་སྤྱིན་པས། དེང་རིན་སྒྲུ་མ་བའི་ལོ་རྒྱུ་བཞི་བཅུགས། གདུགས་ཕུབ། དར་  
 གྱིན་བཟང་བཟང་པོ་གསོལ། སྤྱ་བུ་སྟོབ་རྣམས་ཀྱིས་དུང་བུས་པས། མི་མང་པོ་འདུས་ནས་  
 མཐའ་བསྐྱོར། ར་ཆང་འདེན་ཞིང་འབྲུལ་བ་མང་པོ་བྱེད་ཅིང་འདུག་པ་མཐོང་བས། བེད་འི་  
 བསམ་པ་ལ། མི་གཞན་གྱི་ཆོས་པ་ལ་འདི་འདྲ་ཡོད་གིན་འདུག་སྟེ། ངའི་ཨ་ཚེའི་ཆོས་འདི་  
 རང་སྤྱལ་ལ་གཞན་གྱིས་བརྒྱས་པ། གཉེན་ཚན་རྣམས་དོ་ཚབ་ལས་མི་འདུག་པས། ང་ཨ་ཚོ་  
 དང་སྤང་ན་སྒྲུ་མ་འདིའི་ཕུག་སྤྱི་ལ་ཅི་རྒྱུད་ཀྱི་ཐབས་དང་གོས་ཤིག་བྱེད་དགོས་བསམས་  
 བས། དེར་ཆོགས་པའི་མི་འགའ་ལ་དྲིས་པས། བྱིན་ན་འདུག་ཟེར་བ་ཐོས་ཏེ། བྱིན་དུ་  
 འོངས་རྒྱུ་བཅད་ནས་སྤྱིད་ཕུག་ཏུ་ངའི་སར་བྱུང་སྟེ། ཨ་ཚོའི་ཆོས་ཁ་ལ་བཟའ་རྒྱུ་ཡང་  
 མེད། ལུས་ལ་གྱོན་རྒྱུ་ཡང་མེད་པས་ཁྱེད་ལ་དོ་ཚན་ནས་བྱད་པ་འདིས་མི་འོང་བར་འདུག་ ད་  
 སྐྱེ་ལ་བྱའི་ལ་སྤྱད་གཡོགས་ཤིག་མཛོད་ལ། ཁོང་གཞན་གྱི་ཆོས་པ་སྒྲུ་མ་བའི་ལོ་རྒྱུ་བ་བྱ་  
 བ། འོག་ཞི་བཅུགས། སྟེང་ན་གདུགས་ཕུབ་པའི་བར་དུ། སྤྱད་ར་ཟབ་ཀྱི་སྤྱབས་ན་ཞལ་  
 ར་ཆང་གི་ངང་ལ་འགྲོ་བ། སྤྱ་བུ་སྟོབ་རྣམས་ཀྱིས་དུང་པ་སྟོར་དུ་བུས་པས་མི་མང་པོ་འདུས་  
 བས། འབྲུལ་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པ་འོང་བས། འཁོར་དང་ཉེ་ཆོན་ལ་ཕན་པ། མི་ལ་  
 རོམ་པས་ཆོག་པའི་ཆོས་པ་བཟང་པོ་རང་ཞིག་འདུག། །དེའི་ཕུག་སྤྱི་ལ་ཨ་འཁྲིད་ལྟོས་  
 དང་། ཁྱིད་ན་སྤྱ་བ་ཞན་ཤོས་ཤིག་ཐོབ་དུང་སྤྱིད་པོ་འོང་བ་འདུག་གིས། དེ་མིན་ཨ་ཚོའི་ཆོས་

འདི་དང་། འདི་འཁོས་ཀ་འདི་སའོ་ཅག་མིང་སྤྱིང་གི་ཆོ་མི་སྤྱིད་པར་འདུག་ཟེར་བུ་ཞིང་འདུག་  
པས།

རས་པའི་དེ་སྤྱད་མ་ཟེར་ཅིག། ཁྱོད་དག་དགོས་མེད་པ་ཆ་ལུགས་ལུགས་པར་གནས་པ་  
འདི་ལ་དོ་ཆར་བྱེད་པར་འདུག་སྟེ་འདི་འདི་སྤྱིར་ཡོད་པ་རང་གིས་འཆོང་སྟེ་ཆོས་དང་མཇུག་པ་  
ཡིན་པས་དོ་མི་ཆོ། ཁྱད་པར་ཨ་མ་ལས་སྐྱེས་ཅམ་ཉིད་ཀྱི་ཡོད་པས་དོ་ཆ་རྒྱ་མེད། དེ་བས་  
སྤྱིར་སྤྱིག་པར་དོ་ཤེས་ནས་མི་འཛོམ་པར་པ་མའི་ཐུགས་དགྲུག། སྐྱམ་དང་དགོན་མཆོག་གི་  
དགོར་ལ་འབག། རང་འདོད་སྐྱབ་སྤྱིར་རན་གཡོ་སྒྲ་ཆོག་གས་ཀྱི་སྒོ་ནས་སེམས་ཅན་ལ་གནོད་  
འཆོ་བྱེད་པ་རྣམས། རང་གཞན་ཀུན་ལ་གནོད་ཅིང་། ལྷ་མི་དམ་པ་ཀུན་གྱིས་ཁྱེད་བས་འདི་  
སྤྱི་གཉིས་ཀར་དོ་ཆོ། ཁྱད་པར་ལུས་ལ་དོ་ཆོན། ཁྱོད་རང་ཨ་མ་ལས་སྐྱེས་དུས་མེད་པའི་  
བྱང་ལ་སྤྱངས་འབྱར་ཞིག་འདུག་པ་དེ་དོ་ཆོ་མེད། ཡང་ཁྱོད་ཀྱི་ཡིད་ལ་ད་ལྟོ་གོས་ལ་གྱོང་  
བསྐྱར་ནས་སྒོ་མ་པ་འདི། ཟང་ཟིང་མ་འབྱོར་བ་ཡིན་པ་འདུག་སྟེ་དེ་ལྷ་མིན། སྤྱིར་གྱིས་  
ང་རང་འཁོར་བ་རན་སོང་གི་སྐྱུག་བསྐྱེད་འདི་ལ་འཛིགས་དུགས། གསོན་པོར་མེན་དུ་  
བཅུག་པ་ལྟ་བུའི་འཛིགས་སྐྱུག་ཡོད་པས། འདུ་འཛི་དང་གཡེང་བ་ཆོས་བརྒྱད་ཀྱི་འདོར་ལེན་  
མཐོང་ཆོ་སྐྱུག་ནད་པ་ལ་ཟན་བྱིན་པ་ལྟར་ཞེ་ལོག། ཕ་བས་ད་ཀྱི་ལག་དམར་པོ་མཐོང་བ་ལྟར་  
སེམས་མི་དག་འབ་ཞིག་ཡོད་པས་སྤངས་པ་ཡིན། ཁྱད་པར་ད་ལ་སྒོ་བྲག་མར་པའི་བཀའ་  
ལུང་ལ། འཛིག་རྟེན་གྱི་ཆོས་བརྒྱད་འདུ་འཛིའི་གཡེང་བ་སྤོངས། ཁྱོད་ལྟོ་གོས་གཏམ་  
གསུམ་ལ་ཐོངས། གནས་ངེས་མེད་ཀྱི་དབེན་པ་འགྲིམས་ལ། ཆོ་འདི་སྒོ་ས་པར་གི་བསམ་  
སྒོར་དག་པོས་སྐྱབ་པ་གཙོ་བོར་ཐོན་ཅིག་གསུངས་པ་ཡོད་པས་སྐྱམ་མའི་བཀའ་སྐྱབ་པ་  
ཡིན། བཀའ་བཞུགས་སྐྱབ་པས་པས། རང་གི་འཁོར་དུ་བྱུང་བའི་སེམས་ཅན་འག་འདི་ཆོ་འདིའི་  
བདེ་སྤྱིད་ཅམ་དུ་མ་ཟད། རང་གཞན་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་ནམ་གཞག་གཏན་གྱི་བདེ་སྤྱིད་ཡོད་པ་  
དང་། བཅའ་ཆེན་ངེས་མེད་དུ་འདུག་པས་ཆོ་འདིའི་བྱ་བ་འཛིག་རྟེན་ཆོས་བརྒྱད་ཀྱི་ཆེ་ཐབས་

སྤངས་པ་ཡིན། བསྐྱབས་ན་སྒྲུ་མ་བ་རི་བའི་ཕྱག་ཕྱི་བཞན་ཤོས་སུ་མ་བཟང་ཁོང་རང་ཅམ་ཞིག་  
བཞོང་སྟེ། ཆོ་འདིར་སངས་རྒྱུ་ས་ཐོབ་པར་འདོད་ནས་སྐྱབ་པ་ལ་ནན་ཏན་དང་བརྩོན་འགྲུས་  
བྱས་པ་ཡིན། དཔེ་ཏར་དཔང་ཆོས་བརྒྱད་སྤོངས་ལ་ཨ་ཛེའི་ཕྱི་བཞིན་ལ་ཕྱི་གངས་ལ་སྒྲོམ་དུ་  
འགྲོ། ཆོས་བརྒྱད་སྤོངས་བཏང་ནས་སྒྲོམ་ལུས་ན་འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀ་རུ་སྦྱིད་པའི་ཉི་མ་འཆར་བ་  
ཡིན་པས། ཨ་ཛེའི་སྐྱུ་འདི་ཉོན་ཅིག་བྱས་སྐྱུ་འདི་སྤངས་སོ། །

རྗེ་དུས་གསུམ་སངས་རྒྱུ་ས་འགྲོ་བའི་མགོན། ཆོས་བརྒྱད་སྦྱོན་གྱིས་མ་གོས་  
ལྟར། །བརྒྱད་ཁྱིན་གྱིས་སྤོངས་མཛད་པ། །སྐྱུ་སྐྱུར་མར་པའི་ཞབས་ལ་འདུད། ཆོ་འདིའི་  
འདོད་པས་གདུངས་པ་ཡི། །སྲིང་མོ་ཉོན་ཅིག་བེ་ཏ་ལྟམ། །གདུགས་ཡ་ཐོག་གསེར་གྱི་གན་  
ཇིར་བཀྲ་གདང་གཅིག །མ་ཐོག་རྒྱ་མོ་དར་གྱི་ཤམ་བུ་འཕྱི་གདང་གཉིས། །བར་གདུགས་  
ཅིབས་མ་བྱའི་ལྷིང་ཁང་མཛེས་དང་གསུམ། །ཁོང་ལྷེད་དམར་པོའི་ཡུ་བ་འཛོངས་དང་  
བཞི། །འདི་བཞི་བཤམས་ན་ཨ་ཛེས་ཤོས་སུ་ཅམ་གདུང། ཆོས་བརྒྱད་དུ་འདུག་པས་ཨ་ཛེས་  
སྤངས་པ་ཡིན། ཆོས་བརྒྱད་སྤངས་པས་སྦྱིད་པའི་ཉི་མ་ཤར། །དེ་ཕྱིར་ཆོས་བརྒྱད་སྤོངས་  
ཤིག་བེ་ཏ་ལྟམ། ཆོས་བརྒྱད་སྤོངས་ལ་ལ་ཕྱི་གངས་ལ་གཤེགས། །འོ་སྒྲོལ་ལྟམ་སྲིང་  
བསྐྱབས་ལ་ལ་ཕྱི་གངས་ལ་གཤེགས། །དཀར་པོ་དུང་གི་རྒྱུད་གསལ་ཆེ་དང་གཅིག །དུང་  
མཁན་མཁས་པའི་རྒྱ་དབུགས་བཟང་དང་གཉིས། །རྒྱ་མོ་དར་གྱི་མདུད་པ་བྲ་དང་  
གསུམ། །རབ་བྱུང་བརྩོན་པའི་འདུ་ཚོགས་མང་དང་བཞི། །འདི་བཞི་བཤམས་ན་ཨ་ཛེས་  
ཤོས་ཅམ་གདུང། \* །འཛིག་རྟེན་གྲོང་ལྟག་གི་དགོན་རྒྱུང་བྲ་དང་གཅིག །སྟོན་རྒྱུང་  
གསར་པའི་སྐྱུ་ལྟེ་བེད་དང་གཉིས། །ཡོ་མར་རྒྱ་ཇའི་ཐབས་ཀ་བཟང་དང་གསུམ། །བརྩོན་རྒྱུང་  
གཞོན་རྒྱུའི་ལག་བེད་འབྲུག་དང་བཞི། །འདི་བཞི་བཤམས་ན་ཨ་ཛེས་ཤོས་སུ་ཅམ་  
གདུང། \* །འོ་བོན་ཅིས་གསུམ་གྱི་གྲོང་ཆོས་བྱིན་དང་གཅིག །ཨ་ཛེའི་ཆོགས་དཔོན་རྒྱུ་ལ་

འཆོས་མཁས་དང་གཉིས། །འབྲེལ་འདོད་འབར་བའི་ཆོག་མཁན་འཁོར་དང་གསུམ། །  
 ཉམ་མགོ་སྒྲིལ་བྱིས་ཆུང་སྒྲིལ་དང་བཞི། །འདི་བཞི་བཤམས་ན་ཨ་ཤིས་ཤོམས་ཅོམ་གདའ།  
 = །སུམ་ཁམ་སྒྲུབ་པའི་མཐོང་བཅན་ལེགས་དང་གཅིག། །འཁོར་ཞིང་བཟང་པོའི་སོན་མ་རེམ་  
 དང་གཉིས། །མེར་སྐྱེས་བསལ་གསལ་པའི་ཟས་ཞོར་འཛོམ་དང་གསུམ། །འཁོར་བ་སྒྲུབ་པའི་  
 འཁོར་གཡོག་མང་དང་བཞི། །འདི་བཞི་བཤམས་ན་ཨ་ཤིས་ཤོམས་ཅོམ་གདའ། = །གྲི་  
 ལིང་རྟ་པོའི་མགོ་འཕང་མཐོང་དང་གཅིག། །སྒྲིལ་རིན་ཆེན་རྒྱུན་ཆུང་ཨ་ཤིས་དང་གཉིས། །སྒྲིག་  
 སྒྲིང་སྒྲིག་བྱུང་པའི་འཁོར་གསུམ་ཁྲ་དང་གསུམ། །དབྱེད་ལྷུ་ལ་གཉིན་སྒྲིང་གི་ལས་ལ་བརྩོན་དང་  
 བཞི། །འདི་བཞི་བཤམས་ན་ཨ་ཤིས་ཤོམས་ཅོམ་གདའ། = །ཆོས་བརྒྱུད་སྒྲོ་ཡིས་མི་  
 གཏོང་ཞིང་། །གནས་ལ་སྒྲིག་དངས་ལ་མི་འགོ་ན། །གཉིན་ཉི་དུང་ག་དུང་སེམས་ཡིད་ལ་  
 གཟམ། །རྩོམ་འདིའི་སྒྲིང་མོས་དག་སྒྲིང་གཡེང་། །ལར་སྒྲིལ་ནས་ནས་འཆི་ཆམ་མེད་ལ། །  
 ཆོས་ལོང་ཡོད་ཀྱིས་འཁོར་བྱུང་ལོང་མེད། །ཡོངས་མེད་དུ་སྒྲུབ་ལ་བརྩོན་འགྲུས་བྱེད། །པ་སྒྲི་  
 མའི་གདམས་དག་སེམས་ལ་ཕན། །ཕན་པའི་གདམས་དག་བསྒྲིལ་སྒྲིལ་གྱིང་། །བདེ་ཆེན་  
 ཐར་པ་སྒྲུབ་པ་ཡིན། །དེ་སྒྲིལ་ལ་སྒྲིག་དངས་ལ་འགོ། །སྒྲིང་མོ་ཆོས་བརྒྱུད་འདོར་ལེན་  
 གྲིས། །སྒྲིག་ལ་བྲེག་སོག་སྒྲུབ་གསོག་གྲིས། །སྒྲིལ་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བར་ཅིག་གསལ་  
 མཛོད། །སྒྲིལ་དན་སོང་གསུམ་པོ་ཅི་ཐོབ་མཛོད། །བརྒྱལ་འཁོར་བས་འཛིགས་པར། །  
 འཛིག་རྟེན་ཆོས་བརྒྱུད་སྒྲོས་ཐོངས་ལ། །འོ་སྒྲོལ་ལྷུ་སྒྲིང་བསྒྲུབས་ལ་ལ་སྒྲིག་དངས་ལ་  
 གཤེགས། །ལྷུ་སྒྲིང་སྒྲུབ་ལྷན་གཉིས་བསྒྲུབས་ལ་གདངས་གྱིར་བ་ལ་གཤེགས། །ཞེས་  
 གསུངས་པས།

ཤེད་ན་རེ། །ཨ་ཤིས་འཛིག་རྟེན་ཆོས་བརྒྱུད་དེ་སྒྲིང་པོ་ལ་ཟེར་བར་འདུག་སྟེ། དེའོ་  
 ཅག་མིང་སྒྲིང་གཉིས་ལ་སྒྲིང་མ་དགོས་གདའོ། །སྒྲིལ་བར་ལོ་རྒྱུ་བ་ལྷ་བྱུ་མི་འོང་བར་ཤེས་  
 པའི་ཁ་སྒྲིང་ལ་ཨ་ཤིས་དང་གིས་བདེན་བདེན་མོ་དང་། ཡིན་ཡིན་མོ་མང་པོ་ཤེས་གྱིན་འདུག་



སྟེ། བཀ་ལ་ཟས་དང་ལུས་ལ་གོས་མེད་པའི་སྤྱག་ཉེ་རུ་ལ་ཕྱི་ལ་མི་འགྲོ། གང་ན་ཡོད་ཀྱང་  
 ཆ་མེད། ཨ་ཇོ་རང་ཡང་རི་དྲགས་ཁྲིས་དེད་པ་བཞིན་བློས་ནས་བྲག་རི་ལ་འབྲས་སྟོང་པ་  
 ལས། ས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེད་ན་ཐུགས་དམ་ཡང་འཕེལ། ངས་རྩད་གཅོད་པ་ཡང་སྤྲ་བར་  
 འདུག འདི་ཕྱོགས་ཀྱི་མི་རྣམས་ཀྱང་མོས་རབ་ཡོད་པ་འདྲ་བར་འདུག་པས། ཏྲག་ཏུ་  
 བཞུགས་ན་རབ། དེ་མིན་ནའང་ཞག་འགའ་ཅིས་ཀྱང་བཞུགས། སྤྲུམ་བུ་འདི་ལ་སྤྲང་  
 གཡོགས་ཤིག་ཀྱང་འཆོམ་གྲོགས་མཛོད་ཅིག་དུ་སྤྲུམ་བུ་སྤོང་འོང་ངོ་བཟུང་བ་ལ། ངས་ཞག་  
 ཤས་དེར་སྟོང་པར་ཁས་སྤངས། སྤིང་མོ་དོད་རི་ཕྱོགས་ལ་སྟོང་དུ་སྤོང་བའི་བར་ལ་ངས་སྤིང་  
 མོའི་སྤྲུམ་བུ་དེ་ལ་མགོ་ཀུན་འཐུམས་པའི་ཞུག་ཅིག ལག་པའི་སོར་མོར་རེ་རེ་ལ་ཤུབས་  
 རེ། ཀླང་པ་ལ་ལྟམ། འདོམས་ཀྱི་ཆ་ལུགས་ལ་ཤུབས་གཅིག་བཟོས་ཏེ་བཞག ཞག་འགའ་  
 བས་སྤིང་མོ་སྤེལ་བས་བྱུང་སྟེ། ཨ་ཇོས་སྤྲུམ་བུ་མ་བཅོམས་པ་ཡིན་ནམ་ཟེར་བ་ལ། བཅོམས་  
 ཡོད་བྱས་ཤུབས་རྣམས་ཡན་ལག་རྣམས་དང་ཆ་ལུགས་ལ་སོ་སོར་བསྐྱོན་ནས་བསྟན་པས། ད་  
 ཨ་ཇོམི་རུ་རང་མི་འདུག །ངོ་ཆེ་མི་ཤེས་པའི་སྟེང་དུ་ངས་དག་འལས་བྲུས་པའི་སྤྲུམ་བུ་དེ་ཡང་  
 རྩད་གཅོན་འདུག རེས་འགའ་སྤྱོད་པ་མ་གཏོགས་གང་ཡང་བྱེད་ཡོད་མེད་པ་འདྲ་བཞིག་  
 ལ། རེས་འགའ་ཇི་འདྲའི་དལ་བ་ཡང་བྱུང་འདུག་ཟེར་བས།

ངས་ང་མིའི་དམ་པ་རྣམས་འཁྱོར་ལ་སྤྱིང་བོ་ཡིན་མ་ཁན་དེ་ཡིན། རོ་ཆོའི་སེས་ནས་ཀ་སྤྱིར་  
 དམ་ཆིག་དང་སྟོམ་པ་རྩལ་བ་ཞིན་བསྐྱེད། ཁྱོད་སྤིང་གཅིག་མ་ཆ་ལུགས་མཐོང་བ་ལ་ངོ་ཆོ་  
 བྱེད་ཅིང་འདུག་པས། བྲེགས་ན་སྤྲུམ་ནའང་འབྲེག་རང་མ་རུས་པར། དགེ་སྦྱོར་གཡོང་རུང་  
 ཁྱོད་རང་ཟེར་བ་ལྟར་ངོ་ཆོའི་གོས་བཟོས། གཞན་རྣམས་ཀྱང་ལུས་ཀྱི་ཆ་ཡིན་པར་མཉམ་  
 པས། ཆ་ལུགས་དང་ཁྱད་མི་འདུག་བསམ་ཤུབས་བཟོས་པ་ཡིན། སྤྲུམ་བུ་རྩད་མ་ཟོས་པར་  
 རོ་ཆོའི་གོས་བྱུང་འདུག་པ། ད་ཁྱོད་ང་ལས་ངོ་ཆོའི་བར་འདུག་པས། ངའི་ཆ་ལུགས་ངོ་ཆོའི་

ཁྱོད་གྱི་དེ་ཡང་དོ་ཚད། རོ་ཚ་བའི་ནོར་ཚགས་བྱེད་པ་བས་མེད་པ་དག་ལ་བེན་པས་ཁྱོད་གྱི་དེ་  
མེད་པ་ཞིག་རེ་མ་ཞིག་བྱས་པས་དོན་གསུག་སྤྲུག་འདུག། ལར་འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་དེ་མི་ཚབ་  
ལ་ཚད། ཚད་ཤེས་པ་བར་སྤྱོད་གཡོ་སྦྱུ་ལ་མི་ཚད་སྟེ་དོ་ཚད་ལུགས་མི་ཤེས་པར་འདུག་  
པས། ཨ་ཇི་འཇིག་འདི་ཉོན་ཅིག་བྱས་དེ་ཚད་ལུགས་དབྱེ་བའི་སྤྱོད་འདི་བྱངས་སོ། །

རྩེ་སྤྲུལ་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །སྤྱང་དོ་ཚད་ཤེས་པར་བྱིན་གྱིས་སྒོ་བས། རོ་ཚས་  
བཅིངས་པའི་བོ་ཏ་ལྷུ་མ། རྟེན་ཅིག་ཨ་ཇི་འཇིག་ལ་ཉོན། ཁྱོད་ཐ་སྤྲད་ཆོངས་པའི་དོ་ཚ  
མ་ལན། རོ་མི་ཚལ་དོ་ཚར་བྱེད། རྟེན་ཅི་དེ་ནོར་ཤེས་རྣལ་འབྱོར་དང་། སྒྲོག་སུམ་སྤྲུག་  
པར་སྤྱོད་པ་ལ། རོ་ཚའི་སྤྱོད་སྤྲུག་ལ་ཡོད། ལུས་པོ་མོར་གྲུབ་པ་ཤེས་བྱེན་ནས། མཚན་  
མ་ཡོད་པ་སུས་གྱུང་ཤེས། ཁྲེལ་དང་དོ་ཚབ་སྤྱང་བ་རྣམས། འཇིག་རྟེན་སལ་ལ་མི་འདུག་  
སྟེ། རོ་ཚའི་བུ་མོ་རིན་གྱིས་ཉོས། རོ་ཚའི་བུ་མོ་བར་དུ་བྱངས། བརྒྱབ་སེམས་གཞོན་  
སེམས་ལོག་ལྟའི་འབྲས། རྟེན་སྤྱོད་གཡོ་སྦྱུ་རྒྱ་འབྲོག་དང་། སྒྲོག་ཏད་ཉེ་བ་བསྤྲུབ་  
རྣམས། ཁྲེལ་དོ་ཚལ་ཡིན་ཏེ་འཇོམ་མ་ལན་ཉུང་། ཆོ་འདི་སྒྲོས་བཏང་གི་སྒྲོམ་ཆེན་ཀུན། །  
ཉམས་ལེན་གནད་གྱི་མན་དག་མཚན་ག། ཟབ་མོ་དྲེ་ཇི་གསང་སྤྱོད་གྱིས། མི་ཚོ་ཆོས་ལ་  
སྤྱེལ་བ་ལ། བཅོས་མའི་དོ་ཚད་བྱེད་དོན་མེད། དེ་ཕྱིར་རང་སྤྲུག་མ་ཤོམ་པར། བོ་ཏ་ཤེས་  
པ་རང་སོར་ཞོག །བྱས་པས།

དོན་གསུག་གེ་བའི་དང་ནས་སྤྱོད་མོ་ལས་བྱུང་བའི་རྒྱགས་རྒྱ་སྤྱོད་རྣམས་ཕུལ་  
ནས། གང་བྱས་རུང་དས་མཉོས་པ་བཞིན་ཨ་ཇོས་མི་བྱེད་པར་འདུག་སྟེ། དས་ཨ་ཇོ་སྤྱོས་མི་  
ཐོངས་པར་འདུག་པས། འདི་ཀུན་གསོལ་མཛོད། དས་ད་དུང་ཅི་ཆེད་བྱས་འོང་གིས་ཟེར་  
འགྲོ་བས་བྱེད་ཅིང་འདུག་པ་ལ། དས་བོ་ཏ་སྤྱོ་ཆོས་ལ་འཇུག་དུ་ཨེ་རུང་བས་མ། ཁྱོད་རང་  
ཡང་ཆས་འདི་རྣམས་མ་ཟད་བར་ཆོས་མི་བྱེད་རུང་སྤྲིག་མ་གསོག་པར་སྤྱོད་བྱས། བསྐྱད་པའི་

བར་ལ། རྒྱལ་ཁབ་འབྲས་ཀྱི་ཆོས་ཅི་འགྲོ་བྱས་པས། ཆོས་ལ་དེས་ཤེས་འདྲོངས་ནས་གྲོ་སྒྲུབ་  
ཅུང་ཟད་ཅུང་དུ་སོང་བའི་ཆོ།

ཨཱ་ཁེ་ཡང་ཨ་ཁུ་ཤི་རྟིང་པ་ཞེ་མེད་པའི་འགྲོད་པ་སྐྱེས་ཏེ། མཛོ་ཁྱ་ཞིག་ལ་ཁལ་  
བཀལ་ནས་བྱིན་གྱི་བར་དུ་རྩད་གཅོད་ཅིང་འོངས། བྱིན་དུ་སྐྱེ་བས་པ་དང་། ལས་སྦྱིད་མཛོ་  
བཅོལ་བའི་ཐོག་ནས། ཨཱ་ཁེ་རང་གིས་ཅི་ཐེག་ཅིག་ཁྱེར་ནས་འོངས་པ། པེ་ཏ་སྤྱོ་མཐོན་ཡོད་  
པས་མཐོང་སྟེ། ཨཱ་ཁེ་ཡིན་པར་ཤེས་ནས། ཨཱ་ཁེས་འོ་ཅག་མ་བྱུ་ལ་སྐྱུ་གསུང་བཏང་བས་  
མ་འགྲོད་པ་དྲག་ཟེར་ཕུག་པའི་འགག་ན་བཅའ་ཐམ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་བསྟེན་ས།

ཡམ་ཐམ་སྒྲུབ་སྒྲིབ་སྒྲུབ་སྒྲིབ། ཚམ་ཐམ་པ་མ་སྒྲིབ་ཐིག། ཡམ་ཐོང་གིན་ཡོད་དོ་  
 ཟེར་བ་ལ། དེ་གས་སྒྲིབ་པ་ཡིན་བྱས་པས། ཚམ་བདན་ཏེ་དང་འགྲོད་པ་དྲག་པོ་རང་ཞིག་  
 སྒྲིབ་ནས། ཁྱེད་མིང་སྲིང་དང་འབྲད་དུ་འོངས་པས་ཐམ་པ་ཚུགས། མི་འཇུག་སུན་ཡོང་ལ་  
 ད་སྒྲིབ་སྒྲུབ་འདུག་གིས་དང་ཟེར་བས།

ངཡང་ཐམ་པའི་ཚུར་སྟེ་བྲག་ཐོག་ཅིག་གི་ཁར་སྤྱིན་ནས་བསྐྱད་པས། ཡུལ་སྐྱུག་  
འཛེལ་ཞིང་འཕྲད་དགོས་པའི་ལོ་རྒྱུས་མང་པོ་བྱུང་ཅིང་འདུག་པས། འདི་བསམ་མ་པ་ལ། རྟིང་  
ཡེམ་ཕྱད་ན་ཆོས་པར་ཡང་མི་རུང་། ཐོག་མར་ཤགས་ཤིག་འདེབས་དགོས་སྟུམ། རས་ང་  
སྤྱིར་གཉེན་གྱི་ཁོ་ཐག་ཆོད། སྒོ་ས་ཡུལ་དང་ཡུལ་འདི་ཁོ་ཐག་ཆོད་དེ། དང་པོ་སྤྱག་དེ་བཟང་  
བའི་ཁར། ཆོས་བྱས་རྟིང་སྒོ་ང་མོ་ལ་འོངས་དུས་ཀྱང་སྤྱག་དེ་བཟང་བས། ཡུལ་དང་ཡུལ་འདི་  
ཁོ་ཐག་ཆོད་དོ། །དེ་རྒྱུ་མཚན་གྱི་འདི་ལྟར་ཡིན་པས་ཉོན་ཏིག་བྱས། ཡུལ་འདི་ལ་འདེབས་  
གྱི་གྲོ་འདི་ལྟར་གྲངས་སོ། །

པ་ཀུན་ལ་བརྟེན་པའི་ཐུགས་རྗེ་ཅན། །སྤྱུང་མར་པའི་ཞབས་ལ་འདུད། །སྤང་  
གཉེན་མེད་བདག་གི་གཉེན་མཛོད་ཅིག །ལས་བྱས་པ་བྲན་ནམ་ཡན་མེས་མས། །མི་བྲན་བྱ་  
ཡིས་གསལ་ཞིག་འདེབས། །མ་ཡིངས་འབྱོར་མེས་མས་བསྐྱེད་ལ་ཉོན། །སྤྱང་ཅུ་ཡི་གོ་རྟོག་

ན། ཁ་བཟང་གིས་ཐོར་བའི་མ་བུ་གསུམ། ཁོར་ཡོད་དགུ་འཕྲོགས་ནས་སྤྲུག་དགུ་  
 བཅོལ། མཐར་སྒྲན་ཕུང་བེར་གས་གཏོར་བ་བཞིན། ཁྱེད་ཨ་ཁུ་ཨ་ཞེས་བཏང་བསན། །  
 སྤྲིར་གཉེན་གྱི་ཁོ་ཐག་དེ་ནས་ཆོད། སྒྲོས་བྱུང་ས་མཐར་འབྱུང་བའི་ཆོ། མ་སྤྱིང་བྲན་ནས་  
 ཡུལ་དུ་འོངས། མ་ཤི་སྤྱིང་མོ་འབྱུང་བ་དེས། སྒྲོ་གས་སྤྱིང་རྒྱུང་ལངས་པའི་མཐུས། ཆེ་  
 གཅིག་སྒྲུབ་པ་བྱེད་པའི་ཆོ། འཛོ་བཟས་གྱིས་བཀའ་སྤོངས་བྱུང་། གཉེན་ཨ་ཞེས་སྒྲོ་བྱུང་  
 སྤྱིང་དུ་འོངས། འཁོས་མེད་གྱི་རྣལ་འབྱོར་ངོ་ཤེས་ནས། ཁེ་སྤང་གཞོད་སེམས་བསམ་སྦྱོར་  
 བྱི། ཁྱིའི་སྤྱི་བེར་ཞིང་ཆོད་དུ་བྱུང་། སྤྲུལ་ཚུགས་ཤིང་བེར་གཡིས། ལུས་སྤྱིང་བཞིན་  
 དུ་བརྟུངས་པས་ན། ཁབ་གོ་མའི་ནང་དུ་ཁ་བུ་བ་འབྱེལ། རིན་ཆེན་སྒོ་ག་དང་དོ་བྲལ་  
 བྱུང་། བསྐྱེད་ཆོང་བེར་ཞིང་འཐབ་པ་དང་། ཀླུང་འབྱེན་བེར་ཞིང་འབར་བ་ཡི། ཆོག་རྒྱུབ་  
 མཆོན་གྱིས་སྤྱིང་བསྐྱུང་པས། སྤྲུག་བསྐྱུང་ཡི་ཆད་སྤྱིང་རྒྱུང་བསྐྱུངས། དབྱུགས་སྤོད་དུ་  
 འཛངས་ནས་སྐྱད་མ་ཐོན། དེ་ཆེས་བདག་ལ་དགོས་མེད་ཀྱང་། གཡོ་ཐབས་དུ་མས་ཁང་  
 ཞིང་འཕྲོགས། ཨ་ཞེས་ལུས་ལ་བདུད་མའི་སེམས། ཨ་ཞེས་ཁོ་ཐག་དེ་ནས་ཆོད། ཨ་  
 ཁུའི་སྒྲོ་བྱུ་སྤྱིབས་པའི་ཆོ། བསམ་ངན་སྦྱོར་རྒྱུབ་འབེན་ཆོག་མི། ཡུལ་གྱི་སྤྱང་འབྱེན་སྤྱིབས་  
 ཡོད་ཟེར། ཁྱིམ་མཆོས་གསོད་པའི་རམ་དར་སྒྲན། མི་སྒྲན་ཁན་ཐོན་གསུམ་སྒྲན། །  
 གོར་མོ་ཇོ་ཡི་ཆར་པ་པལ། ཉག་ཕན་མདུང་ཡི་ཟམ་པ་བཅུགས། སྤྱིང་ལ་བཅོད་བྲལ་ནང་  
 གྱིས་བཏབ། དེར་ཡང་སྒོ་ག་དང་དོ་བྲལ་བྱུང་། ཨ་ཁུའི་ལུས་ལ་གཤེད་མའི་སེམས། །  
 ཨ་ཁུའི་ཁོ་ཐག་དེ་ནས་ཆོད། རང་འཁོས་མེད་གྱི་ཉེ་བདག་བས་སྤང་། དེ་ཆེས་རི་ལ་སྒྲོམ་  
 པའི་ཆོ། ཁྱིམ་གཙན་གྱི་མཛེས་སེ་དེས། མ་ཐོད་བཟེབས་སྤང་དུ་བྱུང་། ཁྲོ་དང་འཆོམ་  
 པའི་སྤྱིང་གཏམ་གྱིས། སྤྲུག་བསྐྱུང་ཕན་ལ་སེམས་གསོ་བཏང་། རོ་བཅུད་ལྷན་པའི་ཁ་  
 ཟས་གྱིས། དབྱུལ་ཐོངས་བདག་གི་བཀའ་སྒྲོམ་བསམ་ལ། བཀའ་དྲིན་ཆེ་བར་འཁུམས་  
 ལགས་ཀྱང་། སྒྲོས་བྱུངས་མཛོད་མ་ལགས་པ་ མཛོས་སེ་བྱུང་དུང་འཕྱང་དོན་མེད།

ཨ་ནེ་འཕྲད་དོན་དེ་བས་རྒྱུད་། །ད་ལྟ་ཉིད་དུ་སྒྲུབ་ལོག་ལ། །སྒྲ་བའི་དུས་སུ་འགྲོ་འདུག་  
རན། །བྱས་པས།

ཨ་ནེས་མཆི་མ་མང་པོ་བཏང་ཞིང་། ཕྱག་མང་དུ་བཅུལ། སྒར་ཕན་ཆད་ཆོ་བོ་  
བདེན། བཟོད་པ་བཞེས་པར་ཞུ་ཞེས་ཁའི་མེད་པའི་བཤགས་པ་ཕུལ། ད་ཕྱིས་ང་རང་འགྲོད་  
དགས་པ་དང་། གཉེན་སྲེད་མ་སྤོང་བར་ཆོ་བོ་ལ་མཇལ་དུ་འོངས་པ་ཡིན་པས། བྱེད་མིང་  
སྲིད་གིས་མཇལ་ཁའི་གཅིས་ཀྱང་དགོས། འདོད་པ་བཞིན་མ་སྤྲད་ནང་ལྷེབས་ནས་ཤི་སྤོད་  
ཟེར་བ་ལ་མ་ཤིང་པར་ཟམ་པ་འཇུགས་གྲུབས་བྱས་པས། བེ་ཏས་ལྷོག་ལུབ་གྱིས་འཕྲད་མི་  
དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་བཀོད་ན་འང་མ་ཉན་པར། སྤྱིར་དམ་ཆོག་ཉམས་པའི་མི་དང་ལུང་པ་  
གཅིག་ནས་རྒྱ་འཕྲངས་ན་ཡང་ཉམས་གྱིབ་གྱིས་ཤོག་པ་ཡིན་ཏེ། ཆོས་ཀྱི་དམ་ཉམས་མིན་པ་  
དང་། ང་ཆོས་པ་ཡིན་པས་འཕྲད་པ་ཡིན་བྱས་ཟམ་པ་བཅུགས། འཕྲད་ཁ་འདོད་པ་བཞིན་  
བཏང་། རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་ཆོས་མང་པོ་བཤད་པས། སྒོ་ཁ་ཆོས་ལ་འགྱུར་ནས་ཕྱིས་ཆོས་བྱས་  
གདམས་དག་བསྐྱོམས་པས་རང་གྲོལ་གྱི་རྣལ་འབྱོར་མའི་གྲུང་པ་ཡིན་གསུངས།

དེ་ནས་རྗེ་བཙུན་ལ་རས་པའི་བའོད་གྱིས། རྗེ་བཙུན་གྱིས་ཆོས་ལུ་ཆོ་སྒྲུལ་འདི་དུ་དུ་  
མོས་གྲུས་མཛད་ལུགས་སམ། ཐོབ་ནས་རིལ་སྒྲོམ་པའི་ཐུགས་རུས་སམ། གང་ནས་  
བསམས་རུང་སྒོས་མི་འཁྱུད་པ་གདའ་བས། མཛད་པ་དེ་ཉམས་ལ་བསམས་ན། བདག་ཅག་  
ཉམས་གྱིས་ཆོས་འདི་རང་བྱེད་ལོར་གདའ་བས། འཁོར་བ་མི་གྲོལ་བར་འདུག ཅི་རང་དུག་  
ན་ཞེས་མང་དུ་དུས་པས།

རྗེ་བཙུན་གྱི་ཞལ་ནས། འཁོར་བ་དང་རན་སོང་གི་སྤྱུག་བསལ་ལ་བསམས་  
ན། མོས་གྲུས་དང་སྤྲིང་རུས་དེ་ཡང་ཆོས་སྒྲོན་རང་མི་འདུག སྤྲིང་ཡོད་ཉམས་གྱིས་རྒྱ་  
འབྲས་ཀྱི་ཆོས་ཐོས་ནས་ཡིད་ཆེས་ཏིང་། དེ་ཙམ་གྱི་སྤྲིང་རུས་ཀུན་གྱིས་རུས་པར་གདའ་  
སྟེ། ཆོས་ལ་ཡིད་མ་ཆེས་པར་གོ་ཡུལ་དུ་ལུས་ཤིང་། ཆོས་བརྒྱུད་སྒོས་མ་ཐོངས་པ་ཡིན་

པས། རྒྱ་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་གཤམ་ཆེ། རྒྱ་འབྲས་རགས་པ་ཙམ་ལ་འད་ཡིད་ཆེས་པའི་  
 རྟགས་ནང་མར་བསྟན་ཏིང་། སྟོང་ཉིད་ཀྱི་བཤད་པ་ལུང་རིགས་དང་མཐུན་མཐུན་མོ་མང་པོ་  
 བྱས་ཅུང་། སྟོང་ཉིད་དེ་བས་ཀྱང་ཕྱ་བས་གོ་བ་དང་ཡིད་ཆེས་པ་དགའ། སྟོང་ཉིད་ལ་ཡིད་  
 ཆེས་ཏིང་། སྟོང་ཉིད་རང་རྒྱ་འབྲས་སུ་ཤར་བར་གོ་བ་ནས། རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་འདོར་ལེན་སྤྲིག་  
 སྟོང་དགོས་པ་ལ་བརྩོན་དུ་རང་འགོ་བ་ཡིན་ཞིང་། ཆོས་ཀུན་གྱི་ཕ་བརྒྱ་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་  
 འདི་ཡིན་པས། སྤྲིག་སྟོང་དགོས་པ་ཀྱི་ཕྱག་ལེན་ལ་ཞིབ་པ་དང་བརྩོན་པ་གཤམ་ཆེ་འོ། རས་  
 དང་པོ་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་དོན་མ་རྟོགས་ཏེ་རྒྱ་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་པས། སྤྲིག་པ་ཚབས་ཆེན་དེ་  
 བསགས་ཏིང་། དན་སོང་གསུམ་ལས་བཏང་ས་མེད་སྟུང་འཇིགས་དྲགས། གླུ་མ་ལ་མོས་  
 གུས། སྒྲོམ་པ་ལ་སྤིང་རུས་མི་འོང་དབང་མེད་བྱུང་བ་ཡིན། བྱེད་རྣམས་ཀྱང་རང་གི་དག་  
 ལྟར་གསང་སྟགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་དུ་ལྟའི་འདི་བཞིན་དུ་གྱིས་ལ་རི་ཁྲོད་དུ་གཅིག་ཕྱར་སྟོང་རུས་  
 པ་གྱིས་ཤིག འཁོར་བ་ལས་ཐར་བའི་ལག་མི་རྒྱན་དང་རང་གིས་ཁུར་བ་ཡིན་ནོག་གསུངས།

ཡང་དན་རྟོང་སྟོན་པ་བོ་རྩི་རྒྱ་རྒྱས། ཇེ་བཙུན་རིན་པོ་ཆེ་རང་རྩི་རྩི་འཆང་ཆེན་མིའི་  
 གཞུགས་སུ་སྐྱེས་ལ་ནས། མཛོད་པ་དེ་རྣམས་སེམས་ཙན་གྱི་དོན་དུ་སྟོན་པ་ཞིག་ཡིན་པ་  
 འདྲ། དེ་མིན་ཅུང་། བསྐྱལ་བ་དཔག་དུ་མེད་པ་ནས་ཆོགས་བསགས་པ། ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་  
 སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་པར་ཐག་ཆོད་གང་འཕྲེ། ཆོས་ཕྱིར་སྟོག་ཀྱང་འདོར་ཞིང་རྣལ་  
 འབྱོར་རབ་དུ་བརྩོན། ཞེས་བྱ་བའི་རྟགས་རྣམས་ཇེ་བཙུན་ལ་ཆང་གང་ལ། དེ་མིན་བདག་  
 སོགས་སེམས་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་ནི། གླུ་མའི་དྲུང་གི་དད་གུས་ཀྱི་མཛོད་པ་སོགས། ཆོས་ཕྱིར་  
 དགའ་བ་སྟོང་ཚུལ་ཇེ་བཙུན་གྱི་དེ་འདྲ་སྟོར་རང་གིས་ཀྱང་མི་འཁྱུད་ན། ཕྱག་ལེན་ལ་སུས་  
 ཞེས། བརྒྱལ་ཕྱག་ལེན་ལ་བཀལ་ཅུང་། ལུས་ཀྱིས་རྒྱུན་མི་ཐེག་པར་འདུག་པས། ཇེ་  
 བཙུན་དང་པོ་ནས་སངས་རྒྱས་བྱུང་སེམས་གང་རུང་ཞིག་ཡིན་པར་ཐག་ཆོད་གང་ལ། དེས་ན་  
 བདག་ནི་ཆོས་མ་རུས་ཅུང་ཇེ་བཙུན་གྱི་ཞལ་མཐོང་གསུང་ཐོས་པས་སེམས་ཙན་རྣམས་ཀྱང་

འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་སྐྱེས་པ་གང་འབས། རྩེ་བཙུན་དྲེད་ཆེ་འཆང་ངམ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
གང་གི་སྤྱུལ་པ་ལགས་པ་དེ་གསུང་དུ་གསོལ་ཞེས་ཞུས་པས།

རྩེ་བཙུན་གྱི་ཞལ་ནས། ངག་ངགི་སྤྱུལ་པ་ཡིན་ང་ངལ་ཡང་ཆ་མེད། ངན་སོང་  
གསུམ་གྱི་སྤྱུལ་པ་ཡིན་ཅུང་། བྱེད་རང་རྣམས་ཀྱིས་དྲེད་ཆེ་འཆང་སོགས་གང་དུ་མཐོང་བ་དེའི་  
བྱིན་རྒྱལ་པ་འདུག་པས་མོས་གུས་གྱིས། སྤྱུལ་པ་ཡིན་སྐྱེས་པ་དེ་བྱེད་རང་རྣམས་ཀྱིས་ངལ་  
དག་སྤང་ཡིན་ཏེ། ཆོས་ལ་ལོག་ལྟ་དེ་བས་ཆེ་བ་མི་འོང་། ཆོས་རྣམ་དག་བྱེད་པའི་ཆེ་བ་མ་  
མཐོང་བས་ལན། སྤྱིར་གྱིས་དཔའ་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཆེ་བས། ཆོས་ལྟོད་ལ་ང་ལྟ་བུར་སྤྲིག་པ་ཆོབས་  
ཆེན་བྱས་པའི་སོ་སོ་སྤྱོད་ཐོ་ཞིག་ཡིན་ཅུང་། བྱིས་རྒྱུ་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ནས། ཆོས་སྤྱོད་བཏང་  
སྤྲོས་སྤྲོ་གསུམ་གཡོ་མེད་དུ་སྤྲོམ་ཞུས་ནས་ངས་རྒྱས་ཐོབ་པ་ལ་ཐག་རིང་མི་འདུག། བྱེད་པར་བྲལ་  
མ་མཆོད་ལྟ་ཞིག་གིས་རྩེ་བཙུན་བཟུང་ཞིང་། གསང་སྤྲགས་ཉེ་ལམ་གྱི་མན་ངག་དང་སྤྱིང་  
པའི་དོན། ཐ་སྤྱད་ཀྱི་སྤྱིབ་གཡོགས་མེད་པར་གཅེར་མཐོང་དུ་དྲེད་པའི་དབང་དང་གདམས་  
དག་ཐོབ་ནས་སྤྲོམ་ཞུས་ན། ཆོ་འདིར་སངས་རྒྱུ་མི་རྒྱ་ཐེ་ཆོ་མི་འདུག་ཅིང་། ཆོ་འདིར་མི་  
དག་བཙུང་དང་མཆོམས་མེད་ལྔའི་ལས་ཆོབས་ཆེན་བྱས་ན་གི་མ་ཐག་དཔྱལ་བ་མན་མེད་དུ་སྤྱོད་  
མི་སྤྱོད་ཐེ་ཆོ་མི་འདུག་སྟེ། རྒྱུ་འབྲས་ལ་ཡིད་མ་ཆེས་ཤིང་སྤྱིང་རུས་རྒྱུང་བས་ལན། སྤྱིང་  
ཐག་པ་ནས་རྒྱུ་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ན། ངན་སོང་གི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ལ་འཛིགས་སྤྲུག་ སངས་  
རྒྱས་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་སྤྲོ་ནས་དང་པོར་རྒྱལ་ལ་མོས་གུས། བར་དུ་གདམས་དག་སྤྲོམ་པ་ལ་སྤྱིང་  
རུས། མཐར་ཉམས་རྟོགས་སྤྱོད་ལུགས་སོགས་ཀྱི་སྤྱིང་རུས་པའི་འདི་བས་མི་ཞན་པ་སོ་སྤྱོད་  
སྤྱིང་རུས་ཅན་ཀུན་ལ་འོང་བར་འདུག། བྱེད་ཆོས་ངས་རྒྱས་དང་བྱེད་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱུལ་  
པར་རྒྱོམ་པ་འདུག་སྟེ། གསང་སྤྲགས་ཀྱི་ཉེ་ལམ་ལ་ཡིད་མ་ཆེས་པའི་རྟོགས་ཡིན་པས། ང་  
བྱེད་རང་རྣམས་རྒྱུ་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་པར་གྱིས་ལ་ གོང་མའི་རྣམ་ཐར་ལས་རྒྱ་

འབྲས། འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས། དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀའ། རྣམ་འཛི་ཆ་མེད་རྣམས་  
 སོམས་ལ། གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ལ་འབྱུངས་ཤིག རས་ཀྱང་ལྟོ་གོས་གཏམ་  
 གསུམ་ལ་གྱོང་བཏང་། སེམས་ལ་དཔའ་བསྐྱེད། ལུས་ལ་བབ་བསྐྱེད། སྤྲུག་བསྤུལ་ཁྱད་  
 གྲུབས་དནས་མི་མེད་ཀྱི་རི་ལ་བསྐྱོམས་བས་ཉམས་རྟོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་སྐྱེས་པ་ཡིན། ཁྱེད་  
 རྣམས་ཀྱང་ངའི་རྗེས་སུ་ཞུགས་ལ་ཉམས་སུ་ལོངས་ཤིག་གསུངས། སྤྲུམ་འཛི་བཀའ་སྤྱུ་བཟྱེར་  
 ཆོ་འདི་གྲོས་བཏང་སྟེ་སྤྱི་དུས་དང་དཀའ་སྤྱད་དག་པོས་ཡོངས་མེད་དུ་རི་ལ་བསྐྱོམས་པའི་  
 མཛེད་པ་སྟེ་བདུན་པའོ།



# བརྒྱུད་པ། བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་གཏགས་པའི་མཛད་པ།

ཡང་རས་རྒྱུད་པས། རྗེ་བཙུན་གྱི་མཛད་པ་དེ་རྣམས་དོན་ལ་ཡ་མཚན་དང་ངོ་མཚར་གོང་ན་མེད་དུ་གདའ་བས་དགོང་ལ་དེ་བས་གྲོ་བ་མི་འོང་སྟེ། རྣམ་པ་དུ་གྲོ་བ་ཁོ་ནར་གདའ། རྣམ་པ་ཡང་དགོང་གྲོ་བའི་མཛད་པ་རྣམས་གསུང་དུ་གསོལ་ཞུས་ཞུས་པས།

རྗེ་བཙུན་གྱི་ཞལ་ནས། རྣམ་པ་དགོང་གྲོ་བ་སྒྲིབ་རུས་ཀྱིས་སྐྱབ་པ་བྱས་པའི་འབྲས་བུ། མི་དང་མི་མ་ཡིན་གྱི་གདུལ་བྱ་སྐྱལ་ལྔ་ན་རྣམས་སྤྲིན་གྲོལ་གྱི་ལམ་ལ་བཀོད་པས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་ཕན་གཏགས་པ་འདི་ཀ་ཡིན་མོད་གསུངས།

ཡང་རས་རྒྱུད་པས་རྗེ་བཙུན་གྱི་གདུལ་བྱའི་ཐོག་མར་མི་དང་མི་མ་ཡིན་གདུལ་བྱུང་ཞུས་པས། ཐོག་མར་མི་མ་ཡིན་རྣམས་མཐོ་འཚོ་འདུག་པས། དེ་རྗེས་མིའི་སྒྲོ་བ་ལ་ཕལ་ཆེར་འདུས་པའི་རྗེས་སུ་ཆེ་རིང་མའི་ཆོ་འཕྲུལ་བྱུང་། དེ་རྗེས་མིའི་བྱ་སྒྲོལ་གཞན་རྣམས་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། དའི་བསྟན་པ་མི་མ་ཡིན་ཆེ་རིང་མ་དང་། མི་དབྱུས་པ་སྟོན་པ་དེས་སྟེལ་བར་འདུག་གསུངས།

དེའི་ཆོ་སེམས་རས་པས། རྗེ་བཙུན་གྱི་སྐྱབ་གནས་རྣམས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ལ་སྤྲི་ཆུ་དབར་དུ་གདའ་བ། དེ་གཉིས་དང་གོང་གི་དེ་རྣམས་མིན་པ་གདང་དང་གདང་དུ་སྐྱབ་པ་མཛད་ཞུས་པས།

བལ་པོའི་ཡོམ་མོ་གངས་ར། ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་ཕྱི་རྫོང་དུ་ག མ་གྲགས་པ་ནང་གི་རྫོང་དུ་ག གསང་བའི་རྫོང་དུ་གསྟེ་བཙུན་པོ་བརྒྱུད། ཡང་རྫོང་གཉིས་དང་ཉི་ཤུ་ ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་ཕུག་ཆེན་བཞི། མ་གྲགས་པའི་བཞི་སྟེ། དེ་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་སྤར་གྱི་གནས་རྣམས་ཀྱང་འཕྲས་པ་ཡིན། གཞན་ཡང་ཕུག་ཕན་དང་རི་བོད་དཔེན་ལ་མཐུན་རྒྱུན་འཛོམས་པ་རྣམས་སུ་བསྒྲོམས་པས་བསྒྲོམ་བུ། སྒྲོམ་བྱེད། སྒྲོམ་མ་འགག་སུམ་གཅིག་ཏུ་འདྲེས་ནས་སྒྲོམ་མི་ཤེས་པར་འདུག་གསུངས།

ཡང་རས་རྒྱུང་པས། ཇེ་བཙུན་གྱིས་ཆོས་རྣམས་ཟད་སར་སྐྱོལ་བའི་ཐུགས་  
 ཇེས། བདག་སྒྲོབ་འབངས་རྣམས་ལ་ཡང་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་གོ་བ་དང་སྤྱིང་བ་འདྲིས་པ་རྒྱུང་  
 ཟད་པའི་བརྟན་པ་ཐོབ་པས་སྒྲོབ་དེ་བར་གདའ་བ་བཀའ་བྲིན་ཆེ་ལགས། མ་འོངས་པའི་གཏུལ་  
 བྱ་རྣམས་ཆོག་པ་གསོ་ག་པའི་མི་ག་རྒྱུན་དུ་སྐྱབ་གནས་ཕྱི་ནང་གསང་བའི་ཚྲོང་རྣམས་  
 དང་། ཕུག་ཆེན་རྣམས་ཀྱི་ངོས་འཛིན་མིང་རེ་གསུང་བར་ལུ་ལུས་པས།

ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་ཕྱི་འཛིན་དུ་གཞི། བྲག་དཀར་རྟ་སོ་དུ་མ་ཚྲོང་། སྒྲིན་ཁྱུག་  
 གྲིབ་མ་ཚྲོང་། ལིང་བ་བྲག་དམར་ཚྲོང་། རག་མ་བྱང་རྒྱབ་ཚྲོང་། སྐྱང་ཕན་ནམ་མཁའ་  
 ཚྲོང་། བྲག་སྐྱེ་དེ་ཚྲོང་རྣམས་སོ། མ་གྲགས་པ་ནང་གི་ཚྲོང་དུ་གཞི། མ་ཆོང་ལུང་ལུང་གི་  
 ཚྲོང་། སྐྱིད་པ་ཉི་མ་ཚྲོང་། ལུ་བྲུག་དཔེན་པ་ཚྲོང་། ཤེལ་ཕུག་རྒྱ་ཤིང་ཚྲོང་། བེ་ཆེ་འདོད་  
 ཡོན་ཚྲོང་། རྟིག་པ་རྒྱང་མཐིལ་ཚྲོང་རྣམས་སོ། ཁགས་དང་འཛིན་དུ་གཞི། རྒྱ་བྲག་ནམ་མཁའ་  
 ཚྲོང་། སྐྱག་ཕུག་སང་གེ་ཚྲོང་། སྤུས་ཕུག་མ་མོ་ཚྲོང་། ལ་ཕུག་པ་རྒྱ་ཚྲོང་། སྤང་སྒྲོ་སྒྲུ་  
 བ་དུད་ཚྲོང་། བོ་རྒྱལ་དེ་ཚྲོང་རྣམས་སོ། ཡང་ཚྲོང་གཉིས་ནི། སྐྱིད་ཕུག་ཉི་མ་ཚྲོང་  
 དང་། སྒོ་མ་ཐོ་ནམ་མཁའ་ཚྲོང་གཉིས་སོ། ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་ཕུག་ཆེན་བཞི་  
 ནི། གཉའ་ནང་གི་གོ་དཔ་ཕུག་ ལ་ཕྱི་འཛིན་དུ་འདུལ་ཕུག་ སིན་གྱི་འབྲི་ལྟེ་ཕུག་ ཉི་མའི་རྩ་  
 འཕུལ་ཕུག་རྣམས་སོ། མ་གྲགས་པ་བཞི་ནི། རྩེ་རྒྱང་རྒྱུགས་ཕུག་ རོན་གྱི་འོད་གསལ་  
 ཕུག་ རལ་འེ་ཟའོག་ཕུག་ ཀྲུ་ཐང་གི་ཕུག་རོན་ཕུག་རྣམས་ཡིན། དེ་རྣམས་སུ་སྒྲོམ་པ་བྱུང་  
 བ་དཔེན་ལ་མཐུན་རྒྱུན་འཛོམས་པ་ཡང་ཡོད་ཅིང་། བརྒྱུད་པའི་བྱིན་རྒྱལ་མཁའ་གསལ་པ་ཡིན་པས་  
 སྒྲོམས་ཤིག་གསུངས་པས། དེར་ཆོག་པ་པའི་ལྷ་མིའི་བུ་སྒྲོབ་ཆོས་ཉན་ཉམའི་ཆོག་པ་  
 དང་བཅས་པ་ཀུན་ལ་སྐྱོལ་ཤས་དང་ངེས་འབྱུང་། དད་པ་དང་སྤྱིང་ཇེ་ཆོད་ལས་འདས་པ་རྒྱུད་ལ་  
 སྐྱེས་ཏེ། ཆོས་བརྒྱུད་ཆོ་འདིའི་སྤྱང་བ་ལ་ཞེན་པ་ལོག་ནས། ཀུན་དམ་པའི་ཆོས་ལ་དགའ་  
 མགུ་ཡི་རངས་ཏེ། ཐུགས་སྤྲས་བུ་ཆེན་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲོག་སུམ་བསྐྱབ་པ་དང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་

དུ་བསྐྱོས་ནས། དཀའ་ཐུབ་དང་སྤྲུག་སྤྲུར། སྤིང་རུས་དང་ཞེ་བཅད་དཀའ་སྤོས་གཡོ་མེད་དུ་རི་  
ལ་སྒྲོམ་པའི་དམ་བཅའ་ཕྱུལ། མི་མ་ཡིན་ནམས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པ་བསྐྱུང་བར་བས་བྱངས་ཤིང་  
དམ་བཅས། ཉམ་ནམས་ཀྱི་ནང་ནས་ཀྱང་རབ་ནམས་ཀྱིས་ཆོ་འདི་སྒྲོས་བཅུང་སྟེ། རྩེ་བཅུན་  
ཀྱི་ཕྱག་ཐྱིར་འབྲངས་ནས་བསྒྲོམས་པས་གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་མཐོང་བའི་རྣལ་འབྱོར་པོ་མོ་མང་  
དུ་བྱུང་། འབྲིང་ནམས་ཀྱིས་ལོ་སྤྱོད་བློ་སྤྱོད་ཀྱི་དམ་བཅའ་བྱངས། ཐམས་ཀྱང་སྤྱི་གཤམ་སྤྱེ་  
རྟག་ཏུ་སྤོང་ཞིང་། དགོ་བ་སྤྱེ་རྟག་ཏུ་སྤྱོད་པའི་དམ་བཅའ་མ་བྱངས་པ་མེད་ཅིང་། དེ་  
ཐམས་ཅད་མཐར་འབྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡན་ཆད་རྩེ་བཅུན་རང་གི་གསུང་ཇི་ལྟ་བུ་ཡི་གེར་བཀོད་པ་ལགས་ཤིང་། བསྐྱེད་པས་  
འབྲས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པ་དང་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་བཅུགས་པའི་མཛད་པ་རྩེ་བཅུན་རང་གི་ཞལ་ནས་  
གསུངས་པ་མདོར་བསྐྱེད་ལུས་ནམ་གཞག་ལྟ་བུར་གྱུར་པ་འདི་ལ་ཅུང་ཟད་ཅིག་རྒྱས་པར་སྟེ་  
ན། རྫོང་ཆོ་ཆེན་པོ་གསུམ་སྟེ། མི་མ་ཡིན་ནམས་ཀྱིས་མཐོང་ཆོས་པ་དམ་ལ་བཅུགས་པའི་  
རྫོང་། རྫོང་ལ་ལྷན་སྤྱུགས་སྤྱུས་ནམས་སྤྱིན་གྲོལ་ལ་བཀོད་པའི་རྫོང་། ལའམོར་བའི་ཉམ་གྱུ་  
སྤོབ་ལ་སྤྱོད་ཆོགས་པའི་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བའི་རྫོང་རོ། །

དེ་ནམས་རྒྱས་པར་སྟེན། དང་པོ་མི་མ་ཡིན་ནམས་དམ་ལ་བཅུགས་ཆུ་ལ་ནི། བྲག་  
དམར་མཆོང་ལུང་དུ་བགོགས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་སྤྱི་རྒྱ་ཡ་ག་དམ་ལ་བཅུགས་པ་བླ་མ་བྱེད་ཀྱི་རྫོང་  
གསུངས། དེ་ནས་བླ་མའི་བཀའ་སྤྱོད་བསྐྱེད་པ་སྤྱི་ལ་བྱོན་ནས། ལྷ་ཆེན་ཆོགས་བདག་དམ་ལ་  
བཅུགས་པ་ལ་སྤྱི་རྒྱ་བཟང་གི་རྫོང་གསུངས། དེའི་ཕྱི་ལོ་ལ་སྤྱི་གནས་མཐིལ་དུ་བྱོན་པ་ལ་  
བརྟེན་ནས། ཡོངས་སུ་བྱུགས་པའི་གངས་མཁུར་ཆེན་མོ་གསུངས། དེ་ནས་བླ་མའི་བཀའ་  
སྤྱོད་བསྐྱེད་མང་ཡུལ་གྱི་རི་བོ་དཔལ་འབར་དང་། བལ་ཡུལ་གྱི་ཡོལ་མོ་གངས་ར་ལ་འབྱོན་  
དགོངས་ནས་སྤྱར་ཡང་གུང་ཐང་ལ་བྱོན་པས། ལིང་པ་བྲག་ལ་ཐུགས་སོང་སྟེ། དེར་རེ་ཞིག་



མཛེལ། དེནས་ལྷོ་ལུང་དུ་སྤྲུལ་གཤིས་སྐྱོར་ལ་དཔྱུག་པ་དང་མཛེལ། དེནས་ལ་ཕྱི་  
ལ་བཞུགས་པའི་ཆོས་ལུང་བསྟན་ལྟར་མཁའ་འགྲོས་བསྐྱལ་ཏེ། ཏིས་ལ་བྱོན་པའི་ལམ་  
དུ་དམ་བ་རྒྱགས་སུ་བ་དང་མཛེལ། དེནས་ཡར་བྱོན་ཏེ་སྤོ་བོ་ཀོ་རེ་ལ་ཐོག་གི་སྐྱོར་ལ་མཁའ་  
ཁུང་རས་བ་དང་མཛེལ། དེནས་དགུན་ཕུ་རངས་ཀྱི་རོང་འབྲི་ཕྱེད་གངས་འདབས་སུ་བཞུགས་  
དུས་རས་བ་དར་མ་དབང་ཕྱག་དང་མཛེལ་ཏེ་སོས་ཏི་སེ་ལ་བྱོན་ནས་ན་རོ་བོན་ཁུང་རྩུའཕུལ་གྱི་  
ཟིལ་གྲིས་མཐོན་བ་ཏི་སེའི་སྐྱོར། དེནས་མར་བྱོན་སྐྱར་ཡང་བྲག་སྐྱུ་རྩེ་རྩེ་རྩེ་དུ་བཞུགས་པས་  
རོང་ཁུང་རས་བ་དང་མཛེལ། དེནས་མཁའ་འགྲོས་བསྐྱལ་ཏེ་བྱོན་པའི་ལམ་དུ་སྤྲུལ་སུག་མཐོ་  
རྩེ་གཟིགས། དེས་ཞག་གས་བཞུགས་པས་རྩེ་བོ་ཞབས་ཕྱིར་འབྲངས་པ་ལ་ལུག་རྩེ་རས་བ་བྱ་  
བའི་རྟོགས་ལྟན་བཟང་བོ་ཞིག་བྱུང་། དེནས་ལ་སུག་པ་རྩེ་རྩེ་དུ་གཤེན་སྐྱོར་རས་བ་དང་  
མཛེལ་ཏེ། ཕྱིས་སྤང་སྐྱོ་སྤྱུ་བ་དུ་རྩེ་དང་། སྤྲུལ་སུག་མཐོ་རྩེ་དུ་བཞུགས་ཆོ་ཞབས་ཏོག་  
ཁྱང་སུལ་དུ་བྱིན་པ་སུལ་བ་ཡིན། དེནས་ཅེ་རོ་འབྲི་མཚམས་ལ་བྱོན་པའི་སྐྱོར་ལ་རས་ཁུང་མ་  
དང་མཛེལ། དེནས་མོན་གཉི་གངས་འགྲུར་རྟ་ལ་བཞུགས་ཆོ་ཕྱིར་རས་བ་དང་མཛེལ། དེའི་  
སྟོབས་ཀྱིས་རྩེ་བཙུན་གྱི་སྟན་གྲགས་ཆེན་པོ་བལ་ཡུལ་ཁྱབ་པ་དང་། སྐྱོལ་མས་ལུང་བསྟན་ཏེ་  
བསྐྱལ་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཁོ་ཁོམ་རྒྱལ་པོས་མཚོད་པར་གྱུར། དེནས་རས་ཁུང་བ་དང་གཤེན་  
སྐྱོར་རས་བས་སྟུན་བྲངས་ནས་ལ་ཕྱིའི་མདོ་སྟན་གཤེན་སུག་ཏུ་བཞུགས། དེའི་ཕྱི་ལོ་མཚོར་  
ལུང་བྲག་ལ་བཞུགས། དེནས་ཁུང་བར་དུ་བྱོན་པས། ཆོ་རིང་མའི་སྐྱོར་གསུམ་རིམ་པར་  
གསུངས། དེནས་བྱིན་སྤྱིང་མར་བྱོན་པའི་ཆོ་རས་བ་རྩེ་རྩེ་དབང་ཕྱག་དང་མཛེལ། དེནས་རྩེ་  
བཙུན་དཔོན་སྟོབས་གཉའ་བར་གྲོད་སུག་ཏུ་བཞུགས་པའི་ཆོ། རྒྱག་རྩི་རྩམ་བོ་བྱེད་དང་། བལ་  
པོ་རྩེ་དུ་མཛེལ་བས། རྩེ་བཙུན་ལ་ཕྱག་སུལ། དེས་སྐུ་བསོད་རྒྱས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་མཚན་  
ཉིད་ཀྱིས་སྟོན་པ་དར་སྐྱོས་སུག་དོག་གིས་རྩོད་པ་བྱས་པ་ རྩུའཕུལ་དང་ལུས་པས་བསྐྱོག་པའི་

སྒྲོར། དེའི་རྒྱུན་གྱིས་རས་རྒྱུད་ཉི་ཤུའི་སྒྲོར། དེའི་བར་ལ་གོད་ཐུག་ཏུ་མེ་སྒྲོམ་རས་པ་དང་  
 མཇུག། གཉེན་འཛད་གཞག་ཁྲམ་རས་མ་ས་ལེ་འོད་དང་མཇུག། དེ་ནས་ཇེ་བཙུན་བྲག་དམར་  
 སྒོ་མཐོར་བྱོན་ནས་བཞུགས་པ་ལས། རས་རྒྱུད་པ་རྒྱུར་འབྱོན་པ་གཟིགས་ནས་བསུ་བུ་བྱོན་ཏེ་  
 གཡལ་གུ་ཤུའི་སྒྲོར་དང་། རྒྱུད་མ་གུར་གྱི་སྒྲོར་གསུངས། དེ་ནས་རྒྱུད་བར་དུ་བྱོན་ནས་དྲུག་ས་་  
 པོའི་སྒྲུན་སྒྲོམ་རས་པ་དང་མཇུག། བྱིན་གྱི་སྒྲོ་བ་དེ་བཟུ་ལིས་སྒྲུང་དུ། སྒྲོན་བཙུམ་ལྷན་འདས་  
 གྱིས་ལུང་བསྟན་པའི་སྒྲུལ་བུ་ཆེན་པོ་ཐུགས་གྱིས་ས་མཆོག་དམ་པར་གྱུར་པ། དགེ་སྦྱོང་རྗེ་  
 འཛིན་པ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔལ་འ་སེམས་དཔལ་འ་ཆེན་པོ་སྒྲོ་འོད་གཞིན་ལུ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་  
 དུ། མིར་སྒྲུ་སྒྲུ་བ་བཞེས་པ་མཉམ་མེད་དྲུག་ས་པོ་ལྷ་རྗེ་དང་མཇུག། དེ་ནས་རྒྱུད་བར་གྱི་འོམ་  
 རྒྱུད་བཞུགས་པའི་ཆོ། སྤར་རྒྱོལ་དུ་བྱུང་བའི་ལོ་སྟོན་དགེ་འདུན་དང་མཇུག་ནས་ཇེ་སུ་  
 བཟུང་། དེ་ནས་སྒྱུད་ཐུག་ཉི་མ་རྗེས་བཞུགས་པའི་ཆོ། བྱིན་གྱི་འབྲེ་སྟོན་བཟུ་ལིས་འབར་  
 དང་མཇུག། སྒྲོད་པ་མཛད་ཆོ་དགེ་འདུན་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་ལི་སྒྲོར་ཐུག་བུ་བཟུག་གིར་  
 འབྲངས་ནས་མཇུག་པ་ཡིན་ལོ། ཇེ་བཙུན་རིན་པོ་ཆེ་ལ་མཁའ་འགྲོས་མིའི་བུ་སྒྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་  
 ནང་ནས། སྤུལ་ཐོབ་རང་ཡང་ཉི་ཤུ་ཅུ་ལྷ་འབྱུང་བར་ལུང་བསྟན་པ་དེ་རྣམས་ནི་ཐུགས་གྱིས་ས་  
 བརྒྱུད། ཉེ་བའི་སྤྲས་བཅུ་གསུམ། དེ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱིང་བཞི་རྣམས་ཡིན་ཞིང་། དེ་དག་དང་  
 མཇུག་ཚུལ་ཀུན་ལ་སྒྲོར་ཆོ་ཆེན་པོ་རེ་ཡོད་པ་ལགས་སོ། །

དེ་ནས་གསུམ་པ་ལ་འཐོར་བ་སྤྲ་ཆོག་གསུམ་གྱི་སྒྲོར་ལ། ནང་དང་གསང་བའི་རྗེས་འགའ་  
 ཞིག་ཏུ་ཐུགས་སྤྲས་རྣམས་དང་མཇུག་པའི་སྤྱི་བྱི་དེས་མེད་དུ་གསུངས་པ། སྤྱ་བུ་སྒྲོ་བ་དང་ཉ་  
 མ་འགའི་ཞུས་ལན་གྱི་སྒྲོར་འགའ་རེ། སྤམ་པོ་བ་བཞུགས་དུས་པོན་པོ་རིའི་སྒྲོར། དེ་ནས་  
 གཉེན་འཛད་དུ་བྱོན་ནས་དབང་བསྐྱར་དང་རབ་གནས་ཀྱི་སྒྲོར། རྩར་མར་གཤེན་རྩོར་མོ་དང་  
 ལེགས་སེའུ་མཇུག་གྱི་སྒྲོར། དེ་ནས་འཆི་བྱོད་ཐིགས་ཆོགས་མའི་སྒྲོར། དེ་ནས་རས་རྒྱུད་པ་  
 དང་དཔོན་སྒྲོ་བ་གཉིས་ལ་ཕྱི་ལ་བྱོན་ཆོ་བདུད་འདུལ་ཐུག་མོ་ཆོ་དང་སྒྲོ་སངས་ལ་བྱོན་པའི་









གྱིས་ཆོས་ཅི་ཙམ་ཤེས་ཀྱང་འདྲ་སྟེ། བྱེད་ལྟ་བུའི་ཆོས་པས་ས་སྟེང་ཐམས་ཅད་གང་རུང་། ཇེ་  
 བཙུན་གྱི་བ་སྐྱའི་བྱ་གཤམ་གྱི་ཀྱང་མི་དོ། དེ་བས་བྱེད་རང་ཁ་ཤོག་པར་དེད་རྣམས་ཀྱི་གྲུ་ལ་དབྱ་  
 ལ་བ་ཞུགས། བྱེད་རང་གི་ཁོར་རྣམས་སྐྱེད་འཕེལ་དུ་ཅི་འགྲོ་མཛོད་དང་། ཆོས་ཀྱི་བྱི་མས་མ་  
 གོས་གང་འཡིས་བྱས་པས། དེ་པའི་ཁོང་ཁྱོས་སྐྱོ་ལངས་རུང་ཀླུ་ཁ་འཆམ་སྟེ། འཛིང་  
 པས་ནི་མ་ཐུབ་པར་ནག་རོག་གོ་འདུག་དེ་པའི་ཁོང་བསམ་པ་ལ། མི་ལ་རས་པས་ཅི་ཡང་མི་ཤེས་  
 པའི་སྒྲིན་སྒྲིད་དང་ཐོ་ཅོ། ཐོག་དང་རྩུན་འདི་ཀ་ཙམ་བྱེད་པ་ཞིག་གིས་བསྐྱན་པའི་ཞབས་འབྲེན་  
 ཅིང་། སེམས་ཅན་གྱི་མགོ་བསྐྱོར་ནས་དགོར་མང་པོ་བྱེད་པར་འདུག རས་ཡོན་ཉན་འདི་ཀ་  
 ཙམ་ཞིག་བསྐྱབས། ཡུལ་འདི་ན་ཁོར་ཆེ་ཤོས་དང་། ཁ་དྲག་ཤོས་ཡིན་རུང་ཆོས་སྒྲོགས་ནས་  
 བྱི་རུ་ཡང་མི་མཐོང་བར་འདུག་པས་འདི་ལ་ཐབས་ཤིག་བྱེད་དགོས་སྟུགས། ཁོར་དང་ལུས་  
 འབྲེལ་བའི་བྱ་དམེད་ཅིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་གཡུ་ཆེན་པོ་ཞིག་སྟེར་བར་བྱས་ནས། གསོ་ལ་རན་པ་  
 ཞོ་ལ་སྐྱར་ཏེ། ཇེ་བཙུན་གྱི་བྱི་བྲག་མ་ཁར་ན་བཞུགས་ཆེ་འབྲེན་དུ་བཏང་བྱུང་བས། ཇེ་བཙུན་  
 གྱིས་ལས་འབྲེལ་ཡོད་པའི་སྐལ་ལྷན་རྣམས་སྤྲིན་གྲོ་ལ་ལ་བཀོད་བྱེད་པ་དང་། མའི་བས་རན་  
 མེད་ཀྱང་སྐྱེ་ཆེད་དུས་ལ་བབ་པར་མ་བྱེན་རུང་། མོ་ལ་གཡུ་དེ་ཐོག་མར་མ་བྱུང་ན་ཕྱིས་མི་འོང་  
 བ་མ་བྱེན་ནས། ང་ད་ལ་ན་བྱེད་ཀྱི་བས་དེ་མི་བ། ཉིང་སོར་བྱེར་ཤོག་ཅིག་ཟེར་པ་ཡིན་ནོ་  
 གསུངས་པས། ཇེ་བཙུན་གྱིས་དགོངས་པ་ཡིན་ནམ་སྟུགས་མོ་འཛིགས་པ་དང་ཁ་སྐྱེད་སེམས་པའི་  
 ངང་ནས་ལོག་སྤྲིན་ཏེ། དགེ་བཤེས་རྩལ་ལྷ་པ་ལ་ཇེ་བཙུན་གྱི་མཛོད་མ་བྱེན་གྱིས་དགོངས་ནས་  
 མི་བཞེས་པར་འདུག་བྱས་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་བཤད་པས།

ཁོ་ན་རེ། མཛོད་ཤེས་ཡོད་ན་ཉིང་སོར་བྱེར་ཤོག་མི་བཟེར་བར་བྱེད་རང་ལ་སྤྲད་ནས་  
 ཟར་བཙུག་འོང་སྟེ། དེ་སྐད་མི་བྱེད་པར་ཉིང་སོར་བྱེར་ཤོག་ཟེར་བ་དེ་ཀ་མཛོད་ཤེས་མེད་པའི་  
 ཉུགས་ཡིན། ད་བྱེད་རང་གཡུ་འདི་བྱེར་ལ་བས་འདི་ཁོའི་ཁར་སོང་དེས་པ་ཞིག་གྱིས་ཤིག་ཟེར་  
 གཡུ་བཏང་བས་

མོན་རེ། ཐུགས་མཁྱེན་མངའ་བར་ཀུན་གྱིས་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཅིང་ཐག་ཆོད་གདའ་  
བཞ། ཐུགས་མཁྱེན་མངའ་བས་ཁས་དཔང་མ་གསོལ་བ་ཡིན་མོད། ད་དུང་ཡང་མི་གསོལ་  
བར་བག་ཐེག་པས། ང་ལ་གཡུ་ཡང་མི་དགོས། ང་འཛིགས་ནས་ཀྱང་མི་ཚུགས་པར་འདུག་  
པས་འདི་དོན་ལ་ང་འགྲོ་ཡང་མི་འགྲོ་བྱས་པས།

ཁོན་རེ། མིན་ག་པ་རྣམས་མངོན་ཤེས་ཡོད་པར་ཐག་གཅོད་པ་དེ་ཁོང་ཆོས་དཔེ་ཆ་ལ་  
མཐོང་བར་ཁོའི་ཟོག་གིས་མགོ་བསྐྱོར་བ་ཡིན་མོད། རེད་གྱིད་པེ་ཆའི་ནང་ན་མངོན་ཤེས་ཡོད་  
པའི་མི་དེ་འདི་འདྲ་མིན་པ་ཞིག་ཡོད་པར་བཤད་པ་ཡིན། མངོན་ཤེས་མེད་པ་ངས་ཁག་ཐེག་  
གིས། ད་ཁྱོད་གྱིས་ཁོ་ལ་ཟས་འདི་བྱིན་ནས་དོན་མཐོང་བྱུང་ན། རང་རེ་གཉིས་སྒྲན་ལུས་  
འབྲེལ་ཉིད་ཡང་སྒྲོག་པ་ཆེ་བཟའ་རྒྱུང་བཟའ་བྱུང་མི་འདུག་པས་རང་རེ་གཉིས་བཟའ་མི་བྱས་  
ཏེ། གཡུ་འདིར་མ་ཆད་དེ་བྱིན་ནང་ནོར་ཀུན་གྱི་གཉེར་བག་ཁྱོད་གྱིས་ཁུར་ཞིང་སྤྱིད་སྤྱག་  
གཅིག་བྱེད་པ་ཡིན། དེས་ན་རང་རེ་གཉིས་མཆོང་གཅིག་པས་རེ་མ་ཤོག་ཅིག་ཟེར་བ་ལ། མོ་  
ཡང་ཁོས་ལག་པ་ལྟར་བདེན་ཞིང་འོང་དུ་རེ་ནས། ཡང་ཟས་ངན་དེ་ཞོ་ཞིག་ལ་སྤྱར་ཏེ། རྗེ་  
བཙུན་སྒྲོ་བདེ་བཀྲ་ཤིས་སྐང་ན་བཞུགས་ཆེ་འདྲེན་དུ་བྱུང་བས།

རྗེ་བཙུན་ཞལ་འཇུ་མ་མཛད་ནས་ཕུག་ཏུ་བཞེས་པས། མོའི་བསམ་པ་ལ་དགོ་བཤེས་  
རྩག་ཕུ་པས་ཟེར་བ་བཞིན་མངོན་མཁྱེན་མི་འོང་བ་འདྲ་སྒྲུལ་པའི་ཆོ། རྗེ་བཙུན་གྱི་ཞལ་ནས་ཁྱོད་  
ལ་ལས་འདི་བྱེད་པའི་རྩན་པའི་གཡུ་དེ་བྱུང་ཨང་གསུངས་པས།

མོ་ཁ་སྐྱེངས་ཤིང་འཛིགས་སྒྲག་དང་དངངས་པའི་ངང་ནས་ ཕུག་འཆོལ་ཞིང་དུ་བ་  
དང་འདར་བའི་སྐད་གྱིས་གཡུ་བྱུང་ལགས། ད་དེ་མི་བཞེས་པར་ཅི་ཡང་དུན་པའི་ཕུང་མོ་  
བདག་རང་ལ་གནང་བར་ཞུ་ཞུས་པས།

ཁྱོད་ཅི་བྱེད་པ་ཡིན་གསུངས་པས། ལས་ངན་ཅན་མ་བདག་རང་འཐུང་བ་ལགས་ཞུས་  
པས། རྗེ་བཙུན་གྱི་ཞལ་ནས། སྤྱིར་ངས་འདི་ཁྱོད་འཐུང་བྱིར་གཏོང་བ་སྤིང་རྗེ་ནས་ཀྱང་མི་



འཕྲད་དུ་ཤོག་གིས། འབྲེལ་མེད་རྒྱལ་ཁམས་ཀྱི་མིང་དང་འཕྲད་པར་འདོད་པ་རྣམས་ལ་འང་  
 ཤོག་གིས་གསུངས་པ་ལྟར། བུ་སྟོབ་རྣམས་ཀྱིས་ཀུན་ལ་དྲིལ་བསྒྲགས་ཏེ། གཏམ་དེ་ཐོས་  
 པའི་མི་པལ་ཆེར་ཆེ་བཅུ་ན་གི་གསུང་དེ་ལ་ཡིད་མ་ཆེས་པར། སྲུང་ཆོས་འབྲེལ་ཡོད་པའི་ཉམ་  
 བུ་སྟོབ་དང་པ་ཅན་རྣམས་དང་། མཇལ་བར་འདོད་པའི་སྐྱལ་ལྗན་མང་པོ་རྒྱ་དབར་དུ་འདུས་པ་  
 ལས། རྩེ་བཅུ་ན་གིས་ཀྱང་དྲང་དོན་ལས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་བཞག་དང་། དེས་དོན་སྤྱིང་པོའི་  
 དོན་གྱི་དོ་སྟོན་རྣམས་ཉི་མ་མང་པོའི་བར་དུ་གསུངས། དེའི་བར་ལ་ཆོས་ཉན་རྣམས་ཀྱི་ནང་  
 རས་སྐྱལ་ལྗན་གྱི་བུ་སྟོབ་འགས། རམ་མཁའ་ལྗེའི་ཆོས་ཉན་གིས་གང་བ་མང་དོན་སུ་མ་དུ་ཐོང་  
 བ་དང་། འགའ་དང་འགའ་ལ་ལྷ་མིའི་ཆོས་ཉན་གིས་ས་དང་བར་སྤྲང་ཀུན་གང་ཡོད་སྐྱམ་པའི་  
 དང་རྣམ་ཉམས་དགའ་ཡལ་ལེ་བ་དང་། མངོན་སུ་མ་ཀུན་གྱི་མཐོང་སྤྲང་དུ་ལྟས་ཁྱད་པར་ཅན་  
 རམ་མཁའ་གཡལ་འདག་པ་ལ་འཇའ་འོད་ཀྱི་གུར་དང་། ཁདོག་སྒྲ་ལྗེའི་སྤྱིན་གྱི་གདུགས་རྒྱལ་  
 མཚན་ལ་སོགས་ཏེ་མཆོད་ཇས་དཔག་མེད་ཀྱིས་གང་བ་དང་། མེ་ཏེག་ཁདོག་སྒྲ་ལྗེའི་རྒྱ་  
 འབབ་པ་དང་། ཡིད་འཕྲོག་པའི་རོལ་མེའི་སྒྲ་སྐྱན་མང་པོ་ཐོས་པ་དང་། སྲུང་ཆོར་མ་སྟོང་  
 བའི་དྲི་ཞིམ་པོ་ཆོར་བྱུང་བས། ཆོས་ཉན་སྟོ་འབྲིང་པོ་ལྟས་བཟང་པོ་ཉམས་ལ་ཤར་བ་རྣམས་  
 ཀྱིས་རྩེ་བཅུ་ན་ལ། དེད་རྣམས་ཀྱི་ཉམས་ལ་གནམ་ས་ཐམས་ཅད་ལྷ་མིའི་ཆོས་ཉན་གིས་གང་  
 ཡོད་སྐྱམ་པའི་ཉམས་དགའ་ཡལ་ལེ་བ་དང་། མངོན་སུ་མ་དུ་ལྟས་བཟང་པོ་འདི་འདྲ་བྱུང་བའི་  
 རྒྱུ་མཚན་ཅི་ལགས་ཞུས་པས། རྩེ་བཅུ་ན་གྱི་ཞལ་ནས། ཁྱེད་མིའི་ཆོས་ཉན་རྣམས་འཕྱོར་པ་ས་  
 ཐོབ་པ་དང་། ཉམ་སྐྱལ་ལྗན་ཁོ་ནར་འདུག་པས་བཟང་བ་མ་གཏོགས་མང་པོ་མི་  
 འདུག་ དཀར་ཕྱོགས་ཀྱི་ལྷའི་ཆོས་ཉན་གིས་བར་སྤྲང་གང་བ་འདུས་འདུག་པ་རྣམས་ཀྱིས་ང་  
 ལ་ལྷ་ཇས་ཀྱི་འདོད་ཡོན་ལྗེའི་མཆོད་པ་འབུལ་ཞིང་ཁྱེད་མི་རྣམས་ལ་འང་སྟོབ་སྟེད་ཅིང་འདུག་  
 པས། ཁྱེད་རྣམས་ལ་ཉམས་དང་མངོན་སུ་མ་གྱི་ལྟས་བཟང་པོ་འོང་བའི་རྒྱུ་མཚན་དེ་ཡིན་

གསུངས། འོན་པདག་ཅག་རྣམས་ཀྱིས་མི་མཐོང་བའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ལགས་ཞུས་པས། ལྷ་  
 རྣམས་ཀྱི་ནང་ན་སྤྱིར་མི་ལྟོག་པ་དང་། ས་ཐོབ་པ་མང་པོར་འདུག དེ་རྣམས་མཐོང་བ་ལ་  
 འཁོར་མི་ག་ཐོབ་རྣམ་ཡང་དགོས། དེ་མི་ནན་འང་ཆོག་ས་གཉིས་ལ་འདུན་པ་དག་པོ་དང་། སྤྱི་བ་  
 གཉིས་ཀྱི་བག་ཆགས་སྒྲུབ་པ་ཞིག་ཅིས་ཀྱང་དགོས་པ་ཡིན། ལྷའི་གཙོ་བོས་ཐོབ་པ་རྣམས་  
 མཐོང་ནས་འཁོར་རྣམས་ཞར་ལ་མཐོང་བ་ཡིན་པས། ལྷ་མཐོང་བར་འདོད་ན་བསགས་སྐྱུང་ལ་  
 འབད་འཆེལ། དེ་ལྟར་འབད་ན་ལྷའི་དམ་པ་རང་སེམས་མཐོང་བ་ཡིན་གསུངས། ལྷ་ཞལ་  
 མཐོང་ལུགས་ཀྱི་མགུར་འདི་གསུངས་སོ། །

དྲིན་ཅན་མར་པའི་ཞབས་ལ་འདུད། །འབངས་བུ་རྒྱུད་བཟང་བར་བྱིན་གྱིས་  
 རྒྱུ་བས། རྣལ་འབྱོར་མི་ལ་རས་པ་ལ། །དག་འཇུག་ལ་སོགས་ལྷ་གནས་ནས། །དཀར་  
 རྩོགས་ལྷ་ཡི་ཆོས་ཉན་འདུས། རྩོགས་མཚམས་མེད་པར་གང་བ་དེ། སྤྱུན་ལྷ་ལྷན་པ་མ་  
 ལགས་པ། མི་པལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ག་ལ་མཐོང་། །ངས་ནི་ཐམས་ཅད་ས་ལེར་མཐོང་། །  
 འོན་ཀྱང་ཀུན་གྱི་ཐུན་མོང་དུ། མི་བདག་ལྷ་ཡི་མཆོད་པའི་རྩས། །རྣམ་མཁའ་འཇའ་དང་འོད་  
 ཀྱིས་གང་། །ལྷ་རྩས་མེ་ཏྲི་གཅེར་པ་བབས། །དྲི་མི་སྤྱོད་ཆོར་སྤྱུ་རྩེ་ཐོས། །ཀུན་ལ་དག་  
 སྐྱུང་བ་དེ་ཉམས་ཤེས། །དེ་བཀའ་བརྒྱུད་བླ་མའི་ཐུགས་རྗེ་ཡིན། །ཐུགས་རྗེ་དེ་ཡི་སྦྱོར་བས་འོག་  
 བས། །ལྷ་དང་མཁའ་འགྲོའི་ཆོས་ཉན་ཀུན། །མཐོང་བར་འདོད་ན་སྤྱུ་ལ་ཉོན། །ཁྱེད་སྤོན་  
 བས་ལས་ངན་བསགས་པའི་མཐུས། །མ་ལ་སྤྱེས་ནས་སྤྲིག་ལ་དག་འ། །ཅིས་ཀྱང་དག་བམི་  
 འདོད་ཅིང་། །ཀྲས་ཀྱང་བསམ་པ་མི་དག་བས། །ལས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་སྤྱོད་ངེས་པས། །སྤྲིག་  
 བཤགས་པས་ཨོ་འདག་བསམས་པན། །དག་བ་དྲན་ན་འདག་པ་ཡིན། །ལར་བསམ་པ་  
 ཤེས་པ་ཞིན་སྤྲིག་སྤྱོད་པ། །འམ་ཟེན་དང་གཏམ་ངན་བརྗེ་བ་ཡིན། །རང་ཡང་གར་འགྲོ་མི་  
 ཤེས་པའི། །གཞན་གྱི་ལམ་སྤྱེད་པ་དེ། །རང་གཞན་གཉིས་ལ་གཞོད་པ་ཡིན། །ངེས་པར་  
 སྤྱུག་བསྐྱེལ་མི་འདོད་ན། །གཞན་ལ་གཞོད་པ་ཐམས་ཅད་སྤྱོད་ས། །ལྷ་དང་བླ་མའི་ཞབས་

བྱུང་དུ། །ལྷ་རྒྱལ་སྤྲིག་ལ་འགྲོད་ཆོངས་གྲིས། །ཕྱིན་ཆད་མི་བྱེད་དམ་བཅས་ན། །ལྷ་རྒྱལ་  
འདག་པའི་གདམས་ངག་ཡིན། །ལའ་སྤྲིག་ཅན་པལ་ཆེར་དབང་པོ་ནོ། །གཏད་ཚུགས་མེད་  
པ་ཡིངས་ལ་དགའ། །ཆོས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་མི་ལྟན་ན། །དུང་སྤྲིག་པ་ཡོད་པའི་རྟགས། །དེ་ལ་  
བཤགས་པ་ཡང་ཡང་གྲིས། །ཆོགས་གསོག་སྤྱིབ་སྤྱོད་རྣམ་གཉིས་ལ། །གཡེལ་བ་མེད་པར་  
འབད་འཆོལ་ལོ། །དེ་ལྷ་རྒྱལ་ན་དཀར་ཕྱོགས་ཀྱི། །ཆོས་ཉན་ལྟ་རུ་མ་ཟད་དེ། །ལྷ་རྣམས་  
ཀུན་གྱི་དམ་པ་མཆོག་ །རང་སེམས་ཆོས་སྐྱེ་མཐོང་བར་འགྱུར། །དེ་ཉིད་མཐོང་ན་འཁོར་  
འདས་ཀྱི། །ལྷ་དམོ་ཐམས་ཅད་མཐོང་བ་ཡིན། །བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ཟིན་པ་ཡིན། །ཞེས་  
གསུངས་པས།

དེར་ཆོགས་པའི་ལྷ་མིར་གྱུར་པའི་ཆོས་ཉན་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་རབ་རྣམས་ཀྱིས་སེམས་  
ཆོས་སྤྱིའི་དོན་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་གཏན་ལ་ཐབ། །འབྲིང་རྣམས་ལ་བདེ་གསལ་མི་རྟོག་པའི་  
ཉམས་ཁུད་པར་ཅན་རྒྱུད་ལ་སྤྱེས་ཤིང་ལམ་སྤྱེ་བ། །ཐམས་ཀྱང་བྱུང་རྒྱུ་བཙུག་ཏུ་སེམས་མ་  
བསྐྱེད་པ་མེད་དོ། །

དེ་ནས་ཇེ་བཙུན་གྱི་ཞལ་ནས་འདིར་ཆོགས་པའི་གྲ་པ་བྱ་སྤོབ་ལྷ་མིར་བཅས་པ་  
རྣམས། །འོ་སྤོལ་ཆེ་སྤོན་སྤོན་ལམ་བཟང་པོས་མཆོམས་སྐྱུར་བས་དལ་ན་སྤང་ནས་དཀར་པོའི་  
ཆོས་ཀྱིས་འབྲེལ་བ་ཡིན་ནོ། །ང་མི་རྒན་ཡང་ན་སོ་རྒྱས་པ་རྒྱུན་ཆད་ཀྱིས་ཡང་ཡང་རང་ཨ་  
འཕྲད་མི་ཤེས་པས། །ངས་ཁྱེད་རྣམས་ལ་བཤད་པའི་ཆོས་རྣམས་རྒྱུད་མ་གསོན་པར་ཉམས་སུ་  
ཅི་ལོངས་ཀྱིས་ཤིག་ དེ་ལྷ་རྒྱལ་ན་དཀར་དུ་སངས་རྒྱུས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་དེར་ཁྱེད་  
རྣམས་འཁོར་གྱི་ཐོག་མར་སྤྱོབ་ཡིན་ནོ་དགའ་བར་གྲིས་ཤིག་ཅེས་གསུངས་པས།

གཉའ་ནང་གི་ཉམ་རྣམས་ཀྱིས་ཇེ་བཙུན་གྱི་གསུང་རིགས་འདིས་གཞན་དོན་ལ་ཐེགས་  
དགོངས་པ་ནི་མིན་འོང་། དེ་ལྷ་རྒྱལ་ན་རྣམས་འཕྱོད་ལ་གཉའ་ནང་ནས་འབྱོན་དགོས། དེ་







དེནས་བྱིན་པ་རྣམས་ཀྱིས་རས་པ་ཞི་བའོད་ལ་སོགས་པའི་ཐུགས་སྤྲུལ་རྣམས་ངོ་ཆེན་  
 དུ་སྤྲུལ་ནས་ཁུ་བཞན་གྱིས་ཕུལ་ཏེ། བྱིན་གྱི་སྤྱུ་གཏོལ་པ་ནག་པོའི་ཁ་གཞོན་དུ་སྤྱུ་ཁོ་རང་གི་སྤྱི་  
 བོ་སྤྱུལ་མགོའི་གཏོངས་ཀ་པ་བོང་རེ་ག་པ་དུག་ཅན་གྱི་ཆེ་མོར་བཅེགས་པའི་སྤྱུ་བ་ཕུག་དེར་  
 བཞུགས་ནས། བྱིན་གྱི་ཡོན་བདག་རྣམས་ལ་ཆོས་གསུངས་པའི་མཐར་ཨེ་བཙུན་གྱི་ཞལ་ནས་  
 གྲུ་པ་རྣམས་ལ་གདམས་ངག་གི་སྒྲོ་འདོགས་གཅད་དགོས་ཡོད་པ་རྣམས་ལྷུ་ར་དུ་ཆོད་ཅིག། ཁོ་  
 བོ་ཡུན་རིང་ཨེ་སྤོང་མི་ཤེས་སོགས་སུངས་པས། གྲུ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཆོགས་འཁོར་བསྐྱོར་  
 བས་གདམས་ངག་རྣམས་ཐོགས་པར་ཞུས་པའི་ཆོགས་གྲུལ་དུ། འབྲི་སྒྲོམ་དང་སེ་བན་གཉིས་  
 ཀྱིས། ཨེ་བཙུན་གྱི་གསུང་རིགས་འདི་ལ་བརྟགས་ན། བདག་རྣམས་ཡིད་ཅིག་མ་ཆེས་པས་  
 ལྷུ་ར་དུ་སྤྱུ་རན་ལས་འདའ་བ་ནི་མིན་འོང་། སྤྱི་ཆོད་འཕེན་པ་ནི་མ་ཐོགས་ལས་ཆེ་ཞུས་  
 པས། དེ་ཁོ་བོའི་ཆོ་ཆོད་དང་འདུལ་སྐྱེལ་གཉིས་ཀ་ཐོགས་པས་སྤྱེས་པའི་རྟགས་ཤིག་སྟོན་པ་  
 ཡིན་གསུངས།

དེནས་ཞག་འག་འནས་ཨེ་བཙུན་ཆེན་པོ་སྤྱུ་བསྐྱུང་བའི་ཚུལ་བསྟན། དེའི་ཆོང་ན་ཐོང་  
 རས་པས་ཨེ་བཙུན་སྤྱུ་བསྐྱུང་བ་འདི་ལ་བདག་སྒྲོ་བ་འབངས་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲུ་མ་ཡི་དམ་མཁའ་  
 འགྲོ་ཆོས་སྤྱོད་ལ་ཆོགས་གཏོར་ཕུལ། ཨེ་བཙུན་རང་ལ་ཡང་བརྟན་བཞུགས་ཀྱི་སྤྱུ་རིམ་དང་  
 སྤྲན་དབྱེད་ཕུལ་བ་ལེགས་པ་འདུག་ཞུས་ནས་ཡོན་བདག་རྣམས་ལ་སྤྱད་བཏང་སྟེ་སྟོན་གོན་བྱེད་  
 པར་བཅུམས་པས། ཨེ་བཙུན་གྱི་ཞལ་ནས་སྤྱིར་རྣལ་འབྱོར་པ་ན་བདག་གེ་སྤྱོར་གྱི་བསྐྱུལ་མ་ཡིན་  
 པས་རིམ་གྲོ་མི་བྱེད་པར་ཅི་བྱུང་ལམ་དུ་ཁྱེར་ཏེ། བཞུས་འཆི་རུས་ཤིག་དགོས་པ་ཡིན། ཁྱུང་  
 པར་ངམི་ལ་རས་པས་བྱིན་ཅན་མར་པའི་ལུགས་ཀྱི་རིམ་གྲོ་སྤར་ནས་བྱས་ཟིན་པའི་དོན། ད་  
 དཔུང་དང་བར་པ་མ་དགོས་པར་རྟེན་གྱི་དབྱེད་སྤྱོད་གི་གྲོགས་སུ་ལུགས་པས་རྟེན་ལ་རིམ་གྲོ་  
 མི་དགོས། ལྷུང་དང་རྟེན་བསྐྱུངས་མ་དགོས་པར་ལྷུས་ངན་རྣམས་རྟོག་གི་གདོན་གྱི་རང་ཞལ་བསྟན་  
 བས། འབྲིན་ལས་རྣམ་བཞི་སྤྱུ་བ་པའི་ཆོས་སྤྱོད་དུ་བྱུར་པས་གདོན་ལ་རིམ་གྲོ་མི་



མའི་ཆོག་གེད་པ་ཡི་ཤེས་ཀྱི་ལྷ་རྣམས་རྒྱལ་པོ་ཁྲིའི་སྤྲེང་ནས་ཕྱག་བཏུར་གྱི་ལས་ལ་སྦྱར་འདྲེན་  
 པ་ལྟ་བུའི་ཉེས་པ་ཡོད་པས། བྱེད་རྣམས་ཀྱང་རང་དོན་ཆོའདི་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་གསང་སྒྲགས་  
 ཟབ་མའི་ཆོག་མ་བྱེད། སོ་སོའི་སྦྱོབ་རྣམས་ལ་གྱོད་མེད། ངས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 དོན་དུ། གསང་སྒྲགས་དོན་གྱི་ཆོག་དཔེན་གནས་སུ་རྒྱུན་དུ་བྱས་པས་རིམ་གྱོད་གསལ་ཆོག་པར་  
 གཏུམ། དེས་ན་ངའི་སེམས་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་གདན་ལས་གཡོ་མི་ཤེས་པར་འདུག་པས། བརྟན་  
 བཞུགས་ཀྱང་དེ་གསལ་ཆོག་པར་གཏུམ། མར་པའི་སྦྱར་དཔྱད་ཀྱིས་དུག་ལྡེའི་ནད་ཅ་བཞས་བྱུང་  
 འདུག་པས་སྦྱར་དཔྱད་ཀྱང་དེ་གསལ་ཆོག་པར་གཏུམ། བྱེད་རང་རྣམས་རྒྱེན་པ་ལ་མ་དུ་མི་  
 ལོངས་ན་ཆོས་པ་ཡིན་པར་ངགིས་མི་ཆོག་པས། དུས་ལ་མ་བབ་པར་རྒྱེན་གྱིས་བྱང་ཆུབ་སྦྱོབ་  
 པའི་གོགས་སུ་གྱུར་ན་སྦྱར་དཔྱད་དང་རིམ་གྱོད་བྱས་ཀྱང་མི་སྦྱོན། འཕལ་གྱི་རྒྱེན་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་  
 ཆེ་བས་ལྷོག་ཅིང་ཡོན་ཏན་དུ་འཁྱུར་བའི་སྐབས་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་གདུལ་བྱ་དམན་པ་རྣམས་ལ་  
 དགོངས་ནས། སྦྱོན་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཀྱང་འཆོ་བྱེད་གཞོན་ནུ་ལ་ཕྱག་བསྟན་པ་དང་སྦྱར་  
 གསོལ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་མཛད་པ་ཡིན། དུས་ལ་བབ་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱང་ལྷ་པོ་དེ་  
 ལས་འདྲའ་བའི་ཚུལ་བསྟན། དང་ཡང་དུས་ལ་བབ་པས་སྦྱར་དང་རིམ་གྱོ་མི་བྱེད་གསུངས་མ་  
 གནང་བས།

ཡང་ཐུགས་སྒྲུབ་རས་པ་གཉིས་ཀྱིས། ངས་པར་ཇེ་བཙུན་གཞན་དོན་ལ་ཐེགས་ན་  
 ཇེས་སུ་ཐུགས་དགོངས་ཇོགས་ཐབས་ཀྱི་མཆོད་འབུལ་སྦྱ་གདུང་གི་ཞབས་ཏོག་ ཆ་ཆ་དང་  
 མཆོད་རྟེན་བཞེངས་ལུགས། གདན་ས་སུས་འཛིན་དང་དུས་མཆོད་འབུལ་ལུགས། བདག་  
 སློབ་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཐོས་བསམ་སྦྱོམ་པའི་ཉམས་ལེན་བྱེད་ལུགས་རྣམས་ཀྱི་ཞལ་བཀོད་ཅིག་  
 གནང་བར་ཞུ་ཞུས་པས།

ཇེ་བཙུན་གྱི་ཞལ་ནས། ངས་དྲིན་ཅན་མར་པའི་བཀའ་དྲིན་གྱིས། འཁོར་འདས་ཀྱི་བྱ་  
 བ་ཐམས་ཅད་ཟིན་པ་ཡིན། སྒྲོག་སུམ་ཆོས་ཉིད་ཀྱོལ་བའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ལ། རོ་འོང་བའི་

ངེས་པ་མེད་པས། འཛིན་པའི་ཚ་ཚ་དང་མ་ཚོད་རྟེན་བཞེངས་མི་དགོས། ང་ལ་བདག་ཏུ་  
གཟུང་བའི་དགོན་པ་མེད་པས་གདན་ས་འདིས་གྱིས་བྱ་རྒྱ་མེད། གཡལ་འདི་དང་གངས་རི་ལ་  
སོགས་པ་མི་མེད་ཀྱི་དཔེ་ཆ་གནས་ཆུང་ས་ཁྱེད་ཀྱིས་བྱངས་ལ་བུ་སྟོབ་རིགས་དུག་གི་སེམས་  
ཅན་རྣམས་བརྩེ་བས་སྦྱོངས། ཚ་ཚ་ཐུན་བཞིའི་རྣལ་འབྱོར་མ་བཅག་པར་མ་ཚོད་རྟེན་ཆོས་  
ཐམས་ཅད་ལ་དག་སྣང་སྦྱོངས་ལ་སྦྱོབ་པའི་རྒྱལ་མཚན་ཆུགས། དུས་མཚོད་ཁ་ཞེ་དོ་སྟོག་  
མེད་པར་སྟོང་ཁོང་རུས་པའི་གཏིང་ནས་གསོལ་བ་ཐོབ། ཉམས་ལེན་བྱེད་ལུགས་བདག་འཛིན་  
དང་ཉོན་མོངས་པ་འཕེལ་བའི་གྲོགས་སུ་འགྲོ་ཞིང་སེམས་ཅན་ལ་གཞོད་ན་དགེ་བའི་རྣམ་པ་ཡང་  
སྦོངས། དུག་ལཱ་འགྲེལ་པོར་འགྲོ་ཞིང་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་ན་རྣམ་པ་སྟོན་པར་སྣང་ཡང་དོ་བོ་  
དམ་པའི་ཆོས་ཡིན་པས་བྱས་པ་ས་ཆོག གོན་ས་ཉམས་སུ་མི་ལེན་པར་བྱེད་དུག་སོད་ན་ཐོས་པ་  
རྒྱ་ཆེ་ཡང་ཤེས་བཞིན་གྱི་སྟོབ་པས་ངན་སོང་གཏིང་ཟབ་ཏུ་གཏང་བས་ཆེ་ཐུང་ནམ་འཁིར་མེད་ཀྱི་  
སྟོམ་ལ་བྱིལ། རང་གིས་ཤེས་པའི་དགེ་སྟོན་རྣམས་སྟོན་དང་བསྟོས་ལ་འདོར་ལེན་  
གྱིས། དོན་ཆེལ་གྱིས་བྱིལ་བ་ལ་རང་ལ་རང་གིས་མ་ཁྲེལ་བཞིག་དགོས་པ་ཡིན་པས། དེ་  
ལྟར་གྱིས་ཤིག དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཡིག་ནག་གི་དཔེ་ཆ་འགའ་ཞིག་དང་འགལ་རུང་རྒྱལ་བ་གོང་  
མའི་དགོངས་པ་དང་མི་འགལ་བས། ཐོས་བསམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དགོངས་པ་འདིར་འདུས་པ་  
ཡིན་ཞིང་། མི་རྒན་དཔེ་བསམ་པ་ཡང་འདི་ཀས་རྫོགས་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་བསམ་པ་རྫོགས་ན་  
ཁྱེད་རྣམས་ཀྱི་འཁོར་འདས་ཀྱི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ཚར་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་མིན་འཛིན་རྟེན་དང་མཐུན་  
པའི་བསམ་པ་རྫོགས་ཐབས་གང་གིས་ཀྱང་ཕན་པ་མེད་དེ་འདི་ལྟར་ཡིན་གསུང་ཅི་ལ་ཕན་གྱི་  
མ་གུར་འདི་གསུངས་སོ། །

སྒྲིབ་མར་པའི་ཞབས་ལ་འདུད། །འདིར་ཆོགས་དང་འདུས་བུ་སྟོབ་རྣམས། །ཁ་  
རྒྱུ་མི་ལ་རས་པ་དཔེ། །མཚོག་ཁ་ཆེས་སྤྱོད་ཀྱིན། །རྣལ་འབྱོར་མི་ལ་རས་པ་ངས། །

ལྷོ་བླ་མ་ར་པའི་བཀའ་འདྲིན་གྱིས། བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ཆ་རན་པ་ཡོད། བྱེད་ཇེས་འཇུག་གྲུ་བ་  
 བུ་སྟོབ་རྣམས། ཁ་ལ་ཉན་ན་གོང་བཞིན་མཛོད། འདྲ་རྒྱལ་བ་གོང་མ་ཡི། བླ་མས་  
 དགོངས་ཇོགས་སྤྱིར་རང་གཞན་གྱི། འོན་ཆེན་ཆེ་འདིར་འགྲུབ་པ་ཡིན། འེམ་ན་བྱ་བ་ཐམས་  
 ཅད་ནི། རང་གཞན་དོན་དུ་མི་འགོ་བས། ཁོ་བོའི་བསམ་པ་མི་ཇོགས་ཏེ། བརྒྱུད་ལྷན་གྱི་  
 སྒྲ་མ་མ་བསྟེན་པའི། འདྲ་བ་བསྐྱར་ལུས་པས་ཅི་ལ་ཕན། རང་རྒྱུད་ཆོས་དང་མི་བསྟེ་  
 བའི། རྒྱུད་སྟེ་བཟུང་བས་ཅི་ལ་ཕན། འཇིག་རྟེན་བྱ་བ་མ་བཏང་བའི། གཤམས་ངག་  
 བསྟོམས་པས་ཅི་ལ་ཕན། སྟོག་གསུམ་ཆོས་དང་མི་བསྟེན་པའི། ཆོག་བྱས་པས་ཅི་ལ་  
 ཕན། ཆོག་འདུག་ཉན་པོས་མི་ཟིན་པའི། བཟོད་པ་བསྟོམས་པས་ཅི་ལ་ཕན། རྟོགས་རིས་  
 རྒྱལ་སྤངས་སྤངས་པའི། མཆོད་པ་ཕྱལ་བས་ཅི་ལ་ཕན། རང་འདོད་ཅུ་བ་མ་སྤངས་  
 པའི། སྦྱིན་པ་བཏང་བས་ཅི་ལ་ཕན། འགོ་དྲུག་པ་མ་ར་མ་ཤེས་པའི། གཤན་ས་བཟུང་  
 བས་ཅི་ལ་ཕན། སེམས་ལ་དག་སྤངས་མ་སྦྱིས་པའི། མཆོད་རྟེན་བཞེངས་པས་ཅི་ལ་  
 ཕན། སྟུན་བཞིའི་རྣལ་འབྱོར་མི་རུས་པའི། ཆོ་ཆ་བཏང་བས་ཅི་ལ་ཕན། གསོལ་བ་སྦྱིང་  
 རས་མི་འདེབས་པའི། རྩས་མཆོད་ཕྱལ་བས་ཅི་ལ་ཕན། གཤམས་ངག་རྣལ་འཇིག་  
 པའི། རྟུག་བསྐྱལ་བྱེད་པས་ཅི་ལ་ཕན། གསོན་ཆོད་དག་གསུམ་སྦྱིས་པའི། གཤུང་ལལ་  
 བལྟས་པས་ཅི་ལ་ཕན། སྟོགས་ངེས་འབྱུང་མ་སྦྱིས་པའི། སྟོང་དག་བྱས་པས་ཅི་ལ་  
 ཕན། བདག་པས་གཞན་གཅེས་མི་བསྟོམ་པའི། ཁ་བཟང་སྦྱིང་ཇེས་ཅི་ལ་ཕན། ཉོན་  
 མོངས་འདོད་པ་མ་སྤངས་པའི། ཞབས་རྟོག་བྱེད་ལོས་ཅི་ལ་ཕན། ཅིག་སྤང་ཆོད་མར་མི་  
 འཇིན་པའི། བུ་སྟོབ་འང་པོས་ཅི་ལ་ཕན། ཕན་པ་མེད་པའི་བྱ་བྱེད་དེ། གཞོད་པར་འགྱུར་  
 བས་ཅོག་གོ་ཞོག བྱ་བ་བྱས་པའི་རྣལ་འབྱོར་ལ། བྲེལ་བ་མང་པོས་དགོས་པ་མེད། ཅེས་གསུངས་པ་དེ་བུ་སྟོབ་རྣམས་ཀྱི་བླ་མས་ལ་ཤིན་དུ་གཅིགས་པར་གྱུར་ཏོ། །

དེམས་མེ་བཅུ་ཆེར་བསྐྱེད་པའི་ཆུལ་བསྐྱེད་པའི་ཆོ། དགེ་བཤེས་ཆུག་ཕུ་བས་ཤུ་ཆར་  
གི་འབྲུལ་བམ་ཚེན་པའི་གཞུང་ཏེ་སྒྲུ་ན་དེ་བ་ལྟར་བྱས་བྱུང་བ་ན་རེ། རྩེ་བཅུ་ལྟ་བུའི་གྲུབ་ཐོབ་  
ལ་ཡང་སྐྱེད་གཞི་འདི་ལྟ་བུ་ཡོང་མ་ཐང་ལགས་ཏེ་བྱུང་། འདི་ལ་བགོ་ཐབས་ཡོད་ན་བུ་སྒྲོ་བ་  
རྣམས་ལ་བགོ་ སྒྲོ་ཐབས་ཡོད་ན་བདག་ལྟ་བུ་ལ་འང་སྒྲོ་ས་པས་ཚོགས་པར་འདུག་སྟེ། ཐབས་  
ནི་མེད་དེ་ཅི་དག་ན་ལུ་བ་ལ།

རྩེ་བཅུ་ཆེན་ལ་འཇུག་མཛད་ནས། ང་ལ་ནད་འདི་འོང་དོན་མེད་དེ་མི་འོང་དབང་མེད་  
ཅིག་བྱུང་བ་ཁྱེད་རང་ལ་གསལ་ལས་ཆེ། སྤྱིར་གང་ཟག་པལ་པའི་ནད་དང་ཆོས་པའི་ནད་མི་  
འདྲ་སྒྲུ་ན་ཐོག་ཏུ་བཞག་པས་ཚོགས་པ་ཡིན། ཁྱེད་པར་དེ་ནད་རྒྱུ་ཡིན་གསུང་སྟེ་མགུར་འདི་  
གསུངས་སོ། །

འཁོར་འདས་འོད་གསལ་ལྱི་དབྱིངས་སུ་གསལ་ལ། །ཤུག་གི་རངས་ཟིན་པ་ལ། །  
ཤུག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་རྒྱས་བཟབ་པས། །གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཆེབ་ཡོད། །ཐོགས་རྟུགས་མེད་པའི་  
སྒྲོ་བས་པ་ཅན། །ནད་དང་གདོན་དང་སྤྱི་གསྐྱིབ་རྣམས། །རྣལ་འབྱོར་ངའི་རྒྱུ་དུ་མཛོས། །  
ཅ་ཐིག་རྒྱུང་གསུམ་རྣམས་པར་གནས། །སྤྱི་ན་ལོགས་མཚན་པའི་རྒྱུ་དུ་སྤྱོར། །བསམ་ངན་  
ལྱི་སྤྱི་གསལ་འདག་པར་ཤོག། །རྒྱུ་དུ་ཆེབ་པའི་ནུ་ཆོ་འདི། །སྒྲོ་ཐབས་ཡོད་དེ་སྒྲོ་དོན་མེད། །  
ཅེས་གསུངས་པས། །ཁོའི་བསམ་པ་ལ་དུག་གི་དོགས་པ་དེང་ལ་ཟབར་འདུག་སྟེ། ཐག་ཆོད་  
པ་མེད། །ནད་སྒྲོ་དོན་ཡོད་ཅུང་སྒྲོ་ཐབས་མེད་པ་ཁག་ཐིག་སྒྲུ་མ་ནས་བདག་ལ་རྩེ་བཅུ་ན་ལྱི་  
བསྐྱེད་གཞི་དེ་རྒྱས་ཡོད་ན་དག་འདྲེ་གདོན་ལྱི་ཡིན་ན་བརྟུང་། །སྤྱི་ཁམས་འབྲུགས་པ་ཡིན་ན་  
འཆོས་པ་ལགས་ཏེ། །རྒྱས་ཀའམེད་ལགས། །སྤྱི་གཞི་སྒྲོ་རུང་ན་བདག་ལ་སྒྲོ་བར་ལུ་ལུས་  
པས།

རྩེ་བཅུ་ན་ལྱི་གསུང་ནས་སེམས་ཅན་གཅིག་གི་རྒྱུད་ལ་གདོན་ཆེ་ཤོས་བདག་འཛིན་ལྱི་  
འགོང་པོ་གཞོད་པའི་རྒྱུ་ལྱིས་ངའི་འབྱུང་བ་འབྲུགས་པའི་ནད་འདི་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། ད་འདི་ལ་





དགོས་པ་མེད་པས་འབྲུལ་བ་རྣམས་ཁྱེད་རང་ཁྱེད་ལ། དམིན་ཆད་སྒྲིག་ལ་བབ་རུང་ཆོས་  
འགལ་གྱི་ལས་མ་བྱེད་ཅིག དལ་ན་གྱི་འདིའི་རྣམ་སྤྲིན་མི་སྤྱོད་བའི་སྤོན་ལམ་རང་ལོས་བྱེད་  
པ་ཡིན་གསུང་མཁུར་འདི་གསུངས་སོ། །

མཚན་ལྷན་མར་པའི་ཞབས་ལ་འདུད། མཚན་མས་མེད་ལྡ་ཡི་སྤྲིག་པ་ཡང་། །  
འཕྲལ་དུ་བཤགས་པས་འདག་པར་ཤོག ། ངཡི་དགོ་བབ་དེ་སྤྱིད་དང་། ། རྟེན་གསུམ་མངས་  
རྒྱས་དགོ་བཡིས། ། འགྲོ་ཀུན་སྤྲིག་པ་འདག་པར་ཤོག ། ཁྱོད་ཀྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་  
ཀྱང་། ། བདག་གིས་གྲངས་ནས་སྤྱོད་བར་ཤོག ། སྤྲུལ་སྤོབ་དཔོན་པ་མལ། ། གཞོད་པ་བྱེད་  
པ་སྤྱིང་རེ་རྗེ། ། རྟེ་ཡི་ལས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་དེ། ། བདག་གིས་གྲངས་ནས་སྤྱོད་བར་ཤོག ། རྟེན་  
དང་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ། ། སྤྲིག་པའི་གྲོགས་དང་བྲལ་བར་ཤོག ། སྤྱེ་ཞིང་སྤྱེ་བ་ཐམས་ཅད་  
དུ། ། དགོ་བའི་གྲོགས་པོ་རྟེད་པར་ཤོག ། བསོད་ནམས་འཛིན་ཐབས་བསམ་ངན་དང་། །  
སྤྱོད་རྩལ་སུ་ཡང་མི་བྱེད་ཤོག ། བསམ་པ་བཟང་པོའི་བྱང་རྒྱལ་སེམས། ། སེམས་ཅན་ཀུན་  
ཀྱིས་ཐོབ་པར་ཤོག ། ཅེས་གསུངས་པས།

ཁོ་དག་འསྤོད་པ་གཏུ་མེད་པ་ཐོབ་ནས། ། རྗེ་བཙུན་གྱི་བཀའ་བཞེན་དམིན་ཆད་ཆོས་  
མིན་གྱི་ལས་མི་བཟིད་པར་ཆོ་དད་སྦྱབ་པ་སྒྲོམས་ལགས། ། སྤར་གྱི་སྤྲིག་པ་ཡང་ཁང་གཞིས་  
དང་ཞོར་གྱིས་ལན་པ་ལགས་པས། ། ད་བདག་རང་ལ་འད་ཁང་ཞིང་དང་ཞོར་གྱིས་དགོས་པ་  
མེད་པས། ། རྗེ་བཙུན་མི་བཞེས་རུང་བུ་སྤོབ་རྣམས་ཀྱི་སྦྱབ་པའི་མཐུན་རྒྱུན་དུ་ཅིས་ཀྱང་བཞེས་  
དགོས་ཞེས་ཁྱེད་ཀྱིས་ལུ་ལུ་རུང་རྗེ་བཙུན་གྱིས་མ་བཞེས་པ་ཕྱིས་བུ་སྤོབ་རྣམས་ཀྱིས་བཞེས་  
ནས། ། རྗེ་བཙུན་གྱི་དུས་མཚན་གྱི་གཞི་རྒྱུན་དུ་བཙུགས་པའི་མཚན་པ་རྒྱུད་བར་ན་དུས་དལ་ཡང་  
ཡོད་དོ། །

དགོ་བཞེས་རྩལ་སུ་པ་དེ་ཡང་ཕྱིས་ཆོ་འདི་སྤོས་བཏང་བའི་ཆོས་པ་དག་འཕྲོ་ཞིག་བྱུང་  
བཡིན་ནོ། །

དེན་པ་ཇེ་བཙུན་གྱི་ཞལ་ནས་གནས་འདིར་བསྐྱད་པའི་དགོས་པ་སྤྲིན་པོ་ཆེས་འགྲོད་  
 ཆངས་ཕུལ་ནས་སྤྲིན་པ་ལས་གྲོལ་བ་དེ་ཡིན། ང་ཡང་སྒྲོམ་ཆེན་གྲོང་ཡུལ་དུ་འཁོར་བརྒྱལ་པོ་  
 དམངས་ཁྱིམ་དུ་འཁོར་བ་དང་འབྲུག་པས། དུ་ཆུ་དབར་དུ་དུར་ས་སྒྲོག་ཏུ་འགྲོ་གསུང་བ་ལ། སེ་  
 བན་རས་པས། འོན་བསྐྱད་གཞི་འདིས་འགྲོན་པ་འོ་བརྒྱལ་བ་གང་འབས་འདོམ་ལ་གང་ན་  
 འབྲེན་དགོས་ཞུས་པས།

ངན་ཡིན་འོང་བའི་ངེས་པ་ཡང་མེད། འཆི་བའི་ངེས་པ་ཡང་མེད་དེ། བརྒྱལ་འདིར་  
 བསྟན། འཆི་རྒྱལ་སྟོན་དུ་ཆུ་དབར་དུ་འགྲོ། དེ་ལ་འདོམ་མི་དགོས། རས་པ་གཞིན་པ་  
 འག་འཆུ་དབར་དུ་སྟོན་ལ་སོངས་གསུངས།

དེར་གཞིན་པ་རྣམས་ཆུ་དབར་དུ་སྟོན་པས། ཇེ་བཙུན་འབྲི་ལྷེ་ཕུག་ན་སྟོན་ལ་ཐེབས་  
 འདུག་ཟླ་པ་བགེས་པ་རྣམས་ལ་ཕྱག་སྤྱི་བྱས་འོང་རྒྱ་གཅིག་བྱུང་། ཕ་བོང་རེག་པ་དུག་ཅན་གྱི་  
 སྟོང་ན་བསྐྱང་རྒྱལ་སྟོན་མ་ཁན་གཅིག་ཆུ་དབར་དུ་སྤྱིས་མཇལ་དུ་འགྲོ་བའི་ཉ་མ་དང་པ་ཅན་  
 རྣམས་ལ་ཕྱག་སྤྱི་བྱེད་རྒྱ་གཅིག་སྤྱིངས་མའི་ཡོན་བདག་སྤྱིན་ཡོད་པ་རྣམས་ལ་བྲག་མ་ཁར་  
 སྟོང་དུ་ཆོས་གསུང་མ་ཁན་གཅིག་ཁང་ན་གནས་པ་རྣམས་རེ་རེ་འདུན་ན་བསྟེན་བཀྲར་གསོལ་  
 མ་ཁན་རེ་རེ་བྱུང་། དེའི་ཆེ་རྒྱུ་དབར་དུ་སྟོན་ལ་སྤྱིན་པ་རྣམས་ན་རེ། ཇེ་བཙུན་སྟོན་ལ་ཆུ་དབར་  
 བ་ཐེབས་འདུག་ཟེར། བགེས་པ་རྣམས་ན་རེ་ཇེ་བཙུན་ངེད་གྱིས་ཕྱག་སྤྱི་བྱས་ནས་ཐེབས་  
 ཟེར། སྤྱིན་པ་འོང་མ་ཁན་རྣམས་རེ་རེ་ཞིང་ཕྱག་སྤྱི་ངེད་རྣམས་གྱིས་བྱས་འོངས་པ་ཡིན་  
 ཟེར། ཁཅིག་ན་རེ་གཟིམས་ཁང་ན་བཞུགས་ཟེར། ཆོས་ཉན་རྣམས་ན་རེ་དེའི་ཉིན་བྲག་མ་ཁར་  
 དུ་ཆོས་གསུང་ཞིང་བཞུགས་ཟེར། བསྟེན་བཀྲར་ཞུམ་རྣམས་རེ་རེ་བཞིན་དེའི་ཉིན་ཇེ་བཙུན་ངེད་  
 གྱིན་དུ་བསྟེན་བཀྲར་ལ་སྤྱིན་དངས་ཡོད་ཟེར། ཀུན་ཐང་དད་ནས་ཡུས་མ་དག་པས་ཁ་མ་  
 འཆམ་སྟེ། ཇེ་བཙུན་ལ་ཞུས་པས། ཀུན་བདེན་ངས་ཆེད་མོ་བྱས་པ་ཡིན་གསུངས།

དེན་པ་ཇེ་བཙུན་ཆུ་དབར་གྱི་འབྲི་ལྷེ་ཕུག་ཏུ་བསྐྱང་རྒྱལ་བསྟན་ནས་བཞུགས་སོ།

དེའི་ཆོ་སྲུང་ཆོས་གསུང་དུས་བྱུང་བའི་ལྷ་ས་འཇམ་འོད་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་དབར་  
གྱི་ནམ་མཁའ་དང་རི་རྩེ་ལུང་པ་ཀུན་བྱུང་བ་རྒྱུ་རེ། །

དེ་ནས་མེ་བཙུན་ཞིང་ཁམས་གཞན་དུ་འབྱོན་པར་ཀུན་གྱིས་ཐག་ཆོད་པ་དང་། རས་པ་  
ཞིབ་འོད། ངན་ཇོང་སྟོན་པ། སེ་བན་རས་པ་རྣམས་ཀྱིས་མེ་བཙུན་ཞིང་ཁམས་གང་དུ་འབྱོན་  
པའི་ཐུགས་འདུན་ཡོད། བདག་ཅག་རྣམས་གསོལ་བ་གང་དུ་འདེབས། རྟིང་སོར་ཞལ་ཏ་  
གནང་རྒྱ་ཞིག་ཡོད་གསུངས་པ་དེ་གང་ལགས། ད་དུང་བདག་རྣམས་ལ་ཉམས་ལེན་གྱིང་  
ལུགས་གྱི་ཞལ་ཏ་རེ་ཡང་གནང་བར་ཁུ་ཞུས་པས།

མེ་བཙུན་གྱི་ཞལ་ནས་གསོལ་བ་ཁྱེད་རང་རྣམས་གང་མོས་སུ་ཐོབ་དང་། གང་དང་  
གང་དུ་དད་གསུང་དང་ལྡན་པས་གསོལ་བ་བཏབ་པ་དེའི་མདུན་ནང་ཡོད་ཅིང་། གང་འདོད་པའི་  
དོན་སྟོལ་བ་ཡིན་པས་གསོལ་བ་ཞེས་གསུངས་ཐོབ་ཅིག ད་ལན་རེ་ཞིག་མདོན་དགའི་ཞིང་དུ་  
བཅོམ་ལྡན་འདས་མི་བསྐྱོད་པ་དང་མཇུག་དུ་འགྲོ་དགོས་པར་འདུག རྟིང་སོར་ལབ་ཟེར་བའི་  
ཁ་ཆེས་ལ། ངམི་ལ་རས་པ་གི་བའི་མེས་སུ་ཁྱེད་རང་རྣམས་ལ་རྒྱུས་ཡོད་པའི་ནོར་སྤྲེལ་ཁམས་  
འདི་དང་། རས་གོས་འདི་རས་རྒྱུང་པ་རྒྱུར་དུ་སྒྲིབ་འོང་བར་འདུག་པས་ཁོལ་སྟོང་། རྒྱུང་  
སྟོམ་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡོད་པ་ཡིན། རས་རྒྱུང་པ་མ་སྒྲིབ་བར་དུ་ངའི་རོལ་མ་རེ་ག་པར་  
ཞོག མངའ་བདག་མི་འི་དབུ་ཞུ་འདི་དང་། ཨ་ག་རུ་ནག་པའི་འཁར་བ་འདི་ལ། ལྷ་  
སྟོམ་བཟང་པོས་བསྟན་པ་འཛིན་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡོད་པས་དབུས་པ་སྟོན་པ་ལ་ཅིས་ཀྱང་འཕྲོད་  
པར་གྱིས། ཤིང་པོར་འདི་ཞིབ་འོད་ཁྱེད། ཐོད་པོར་འདི་ངན་ཇོང་སྟོན་པ་ཁྱེད། མེ་ལྷགས་  
འདི་སེ་བན་རས་པ་ཁྱེད། རུས་པའི་ཐུར་མ་འདི་འབྲི་སྟོམ་རས་པ་ཁྱེད། གཞན་ཁྱིད་བཏབ་  
པའི་བུ་སྟོན་རྣམས་རས་གོས་འདི་དུམ་བུར་གྱིས་ལ་ཁྱེད། མོར་ཆེན་པོ་མིན་ཏེ་རྟེན་འབྲེལ་སྤྲེལ་  
ཡོད་པ་ཡིན། ད་གནང་ཆེ་བའི་ཁ་ཆེས་ཀུན་ལ་རྒྱུས་མེད་པའི་སྤྲེལ་སྟོན་ཉམ་དང་བཅས་པ་  
ཀུན་གྱི་སྤྲེལ་བར་འབྱེད་རྒྱུ་ལ། ངམི་ལ་རས་པ་ས་ཆོག་དང་བསོགས་པའི་གསེར་ཐམས་ཅད་

གཅིག་ཏུ་རྒྱུ་ལ་ནས་འབྱེད་ལུགས་ཀྱི་ཡི་གེ་དང་བཅས་ཏེ། ཐབ་ཁ་འདི་འོག་ན་སྤྲུལ་ཡོད་  
 པས། ར་ལི་བའི་རྩེ་སུ་སྤྲུལ་ཡི་གེ་འཛིན་བཞིན་གྱིས། བྱེད་རྣམས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་བྱེད་  
 ལུགས་ལ། ད་ལྟ་ཆོས་པ་བཟང་པོར་རྫོམ་པའི་མི་བསོད་ནམས་ཅན་འགའ་བསམ་པ་ཆོའདི་  
 ཆེ་ཐབས་ཁོན་ས། སྦྱོར་བ་རང་ལ་མི་དགོས་པ་དང་། དགོས་པ་བརྒྱ་བཞིགས་ནས་སྦྱོར་  
 འགྲུགས་ཐབས་ཀྱི་སྤྱོད་གཏོང་དང་། ཡེ་ཤེས་སྤྱན་ཅན་རྣམས་ཐུགས་ཁེལ་རུང་ཉོན་མོངས་པ་  
 སོ་སྦྱོར་རྣམས་ཀྱིས་ཤློག་ཏུ་སྤྱད་ནས་ཆོའདི་འཛིན་ཆེ་ལུས་དོགས་ཀྱི་དགོ་བ་ལ་བརྩོན་བརྩོན་མོ་མང་  
 ཡང་གཏམ་ལ་གྱོང་མ་ཐོངས་པར་ཟས་བཟང་པོ་བཅན་དུ་ག་དང་བསྐྱེད་ནས་ཟ་བ་ཡིན་ནོ། །  
 དེས་ན་བྱེད་རྣམས་ཆོའདིར་སྤྱན་གྲགས་འདོད་པའི་དུག་རྒྱུ་མ་འཕྱུང་བར། ཆོས་སུ་མིང་  
 བཏགས་པའི་འཛིག་རྟེན་འདི་ཆེ་ཐབས་སྦྱབ་པའི་བྱུང་སྦྱོས་པ་ཐམས་ཅད་སྦྱོས་ཐོངས་ལ་དགོ་  
 སྦྱོར་ལ་འབྱུངས་ཤིག་གསུངས་པས།

རས་པ་རྣམས་ཀྱིས་གཞན་དོན་དུ་འགྱུར་ན་སྦྱོས་པ་ཅུང་ཟད་རེ་བགྱིས་པས་ཆོག་ལགས་  
 སམ་ལུས་པ་ལ།

རྩི་བཅུ་ན་གྱི་ཞལ་ནས། རང་འདོད་ཀྱི་འཁྲི་བ་ཡེ་མེད་ན་ཆོག་སྟེ། དེ་ཀ་དག་འཕོ་  
 ཡིན། རང་གི་ཆོའདི་འཛིན་པ་དང་ལྷན་པས། འགྲོ་དོན་བྱེད་པ་དེས་གཞན་དོན་དག་ལྟ་ཅི་  
 སྦྱོས་ཏེ། རང་དོན་ཡང་མི་འགྲུབ། སྦྱོབས་མེད་རྒྱུས་ཁྱེར་བས་རྒྱུས་ཁྱེར་གཞན་སྦྱོལ་ཟེར་བ་  
 དང་འབྲུབས། གནས་ལུགས་མ་རྟོགས་ཀྱི་བར་དུ་གཞན་དོན་ལ་མ་རིངས། ཡོང་བས་ཡོང་  
 བཞིད་པ་དང་འབྲུཞིང་རང་འདོད་དུ་ཤོར་ཉོན་ཡོད་དོ། །ཞུམ་མཁའ་མ་ཟད་བར་དུ་སེམས་ཅན་  
 ཟད་པ་མེད་པས། ཉམས་ལེན་རྣམས་ན་འགྲོ་དོན་བྱས་པས་ཆོག་པའི་དུས་ཤིག་འོང་གིས། དེ་  
 བར་བྱེད་རང་རྣམས་བསམ་པ་བདག་པས་གཞན་གཅིས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སངས་  
 རྒྱུ་ཐོབ་འདོད་ཀྱིས། སྦྱོར་བ་དམན་པའི་ས་ཟུངས། རྩལ་པོའི་གོས་གྱོན། བྱོང་སྦྱོ་གོས་  
 གཏམ་གསུམ་ལ་ཐོངས། ལུས་ལ་བབ་སྐྱར། སེམས་ལ་བྱུར་བ་ཀུར་ལ་ཉམས་སུ་འོངས་



ཐོབ། །བདག་དང་སངས་རྒྱལ་བུ་སྒྲོབ་གསུམ། །དབྱེར་མེད་གཅིག་ཏུ་གསོལ་བ་ཐོབ། །  
ཅེས་གསུངས་སོ། །

ཡང་ཇེ་བཙུན་གྱི་ཞལ་ནས། དང་ཡུན་རིང་ཨོ་སྒྲོད་མི་ཤེས་པས། བྱེད་རྣམས་ངལ་  
ཉན་ནས་ང་བཞིན་བྱེད་ནང་སྤྱིར་འབྲངས་ཤིག་གསུང་མཉམ་བཞག་གི་ངང་དུ་བཞུགས་པ་  
ལས། དགྲུང་ལོ་བརྒྱད་ཅུ་ཅ་བཞིར་ཤེབས་པ། ཤིང་མོ་ཡོས་ཀྱི་ལོའི་དགྲུན་ཁྲ་ཐ་  
རུང་། སྐར་མ་སྐྱག་ལ་བབ་པའི་ཆེས་བཅུ་བཞིའི་ཉི་མ་ལྷག་ཤར་བལ་ཇེ་བཙུན་ཆེན་པོའི་  
གཟུགས་སྐྱེ་ཆོས་དབྱིངས་སུ་ཐིམ་པའི་ཚུལ་བསྟན་ཏོ། །

དེའི་ཆེ་ལྷ་དང་མཁའ་འགྲོ་འདུས་པའི་རྟགས་རྣམས་སྤར་བས་ཀྱང་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་ཡམ་མཚན་  
པ། ཉམ་མཁའ་དག་པ་ལ་གཟུང་དུ་རུང་བ་ལྷ་བུའི་འཇའ་རི་མོ་མིག་མངས་རིས་སུ་བྲིས་པའི་  
རེ་བུ་མིག་རྣམས་ཀྱི་དབུས། སྒྲོལ་གསལ་པ་ལྷ་འདབ་བརྒྱད་དང་། སྒྲོགས་མདོ་གཏུ་ཡོད་པའི་  
འདབ་མ་བཞི་པས་གང་བའི་སྟེང་དུ། སྤྱིས་པ་དང་སྒྲོས་བསྐྱང་བའི་དགྱིལ་འཁོར་བཅོ་བོ་  
མཁའ་པས་བྱས་པ་བས་ཀྱང་ཡམ་མཚན་ཞིང་ངོ་མཚར་བས་གང་བ་དང་། བར་སྤང་ལ་འཇའ་  
དང་སྤྱིན་པ་དོག་ལྷའི་གཏུགས་དང་རྒྱལ་མཚན། ཡོལ་བ་དང་བྲེ་རེ། དར་དབྱངས་དང་ལྷ་  
ལྷི། འཕན་དང་བདན་ལ་སོགས་ཏེ། མཆོད་རྟེན་དཔག་མེད་སྤང་བ་དང་། དབྱིབས་དཔག་  
དོག་སྒྲོལ་གསལ་གྱི་མེ་ཏྲོག་གི་ཆར་ཆེན་པོ་འབབ་པ་དང་། རི་མགོ་ཐམས་ཅད་སྤྱིན་པ་དོག་ལྷའི་  
མཆོད་རྟེན་གྱིས་མཇོས་པ་དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དབུ་རྒྱ་དཔར་གྱི་སྒྲོགས་སུ་སྒྲོགས་པ་དང་། ཡིད་  
འགྲོག་པའི་རོལ་མོའི་སྒྲུབ་བྱངས་ཀྱི་བསྟོད་ཆོག་དང་། སྒྲོས་ཀྱི་དྲི་བཟང་པོ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པས་  
ས་སྟངས་བྱུང་བ་ཀུན་གྱིས་མཐོང་བ་བྱུང་། ལྷ་དང་མཁའ་འགྲོས་གདན་འདྲེན་མཆོད་རྟེན་དུ་མ་  
ཐོགས་ནས་མཆོད་པ་འབྲུལ་བ་རྣམས་མི་ཕལ་ཆེར་གྱིས་མཐོང་བ་ལས། མི་རྣམས་ཀྱིས་ལྷའི་  
ལུས་གཅེར་བུ་སྒྲོན་དུ་མི་མཐོང་བ་དང་། ལྷ་རྣམས་ཀྱིས་མིའི་ལུས་ཀྱི་དྲི་ང་བ་མི་ཆོར་



རྩིས་འགག་མེད་འཆར། །རང་རང་སྐྱལ་བ་དང་མཐུན་པའི། །སྐྱལ་སྐྱུའི་གདུང་སྐྱལ་ཐོབ་  
པར་འགྱུར། །བེན་ས་འཇམ་ཡལ་བ་ལྟར་མོང་ངོ་། །

དེན་ས་ཉ་མ་རྣམས་ཀྱང་ཐེ་བཅུ་ན་དང་མཇལ་སྒྲམ་པའི་དགའ་སྤོ་བྱུང་སྟེ། འཐབ་ཚེད་  
 བོར་ནས་གསོལ་བ་བཏབ་པས། སུ་ཆེན་རྣམས་དང་གིན་པ་རྣམས་ལ་སྤུར་ཤོར་བའི་འདུ་ཤེས་  
 མེད་པའི་ངང་ནས། གཉའ་ནང་པ་རྣམས་ལ་སྤུར་ཐོབ་པའི་འདུ་ཤེས་དང་། གཤན་དང་ས་འོང་  
 རྒྱ་ཞིག་བྱུང་བ། ལ་སྤྱིའི་བདུད་འདུལ་སྤུག་མོ་ཆེའི་ཁྱུང་གི་སྒོ་ངའི་སྤྱིང་དུ་བཞུས་  
 པས། འཇའ་འོད་གྱི་གྱུར། མེ་ཏོག་གི་ཆར། སྤི་བཟང་དང་རོལ་མོའི་སྒྲུལ་སོགས་པའི་  
 ལྟས་རྣམས་རྒྱུད་བར་དང་ཁྱུད་མེད་དུ་བྱུང་ངོ་། ཁྱུད་བར་གྱི་སྤུར་དེལ། སྤུགས་སྤུས་རྣམས་  
 དང་ཉ་མ་རྣམས་གྱིས་གསོལ་བ་བཏབ་སྟེ། ཞག་དྲུག་སོང་བ་དང་བལྟས་པས། ལྷ་སྤྱིའི་རྣམ་  
 པ་ལྷ་སྤྱིའོད་ཡལ་ལེ་བ་ལོ་བ་རྒྱུད་ལོན་པའི་ཁྱེུ་ཙམ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་པ་ལས། སྤུགས་སྤུས་སུ་ཆེན་  
 རྣམས་གྱིས་བཀའ་བགྲོས་ཏེ། ཐེ་བཅུ་ན་རས་རྒྱུད་བ་མི་འབྱོན་པ་ཡིན། ད་སྤུར་ཞག་ཡུན་རིང་  
 བ་རང་རེ་ཆོ་ལ་མཆོད་པ་འབུལ་བ་དང་གསོལ་བ་འདེབས་པའི་རྟེན་ཡེམ་ལུས་པའི་ཉེན་འདུག་  
 པས། བཞུབ་ལེགས་པ་འདུག་ཅེས་ཞལ་འཆམ་ནས། ཀུན་ལ་སྤུར་ཞལ་བསྟན་ནས། འབྲི་  
 ལྷེ་སྤུག་གི་མདོན་ཆོས་ཁྱིའི་བྲག་ཅིག་ཡོད་པ་དེའི་སྤྱིང་དུ་སྤུར་ཁང་བ་ཆེགས་པའི་ནང་དུ་སྤུར་  
 གཤན་དང་ས། རུལ་ཆོན་གྱི་དགྱིལ་འཁོར་བ་ཞེས། ལྷ་ཇས་གྱི་མཆོད་པས་ཐེལ་གྱིས་མ་ནན་  
 ནུང་། མི་རང་གི་ལུགས་གྱི་མཆོད་པ་བཟང་པོ་བཞགས་ནས། མས་སྤྲད་སྤུར་མཆོད་འབུལ་  
 བར་བཅུམས་ཏེ། སྤུར་ལ་མེ་མཆོད་སྤུལ་བས་མེ་བཞེས་སུ་མ་འདོད་དོ། །

དེའི་ཆོམས་མཐའ་ཡང་འཇའ་འོད་སྤྲིན་གྱི་གྲུ་ཁང་གི་ནང་ནས། ཡེ་ཤེས་མཐའ་  
འགྲོ་སྤྲིན་ལྷས་མགྱིན་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེད་སེམས་དབྱངས་འདི་སྐྱད་དོ། །

འཕྲིན་ལྗོངས་གཞུང་མོ་ལྷ་ཡི་མེ། སྤྱི་ལོ་བཅུ་དྲུག་པ་སྤྱི་ལོ་མ་བུ་སྤྱི་ལོ་མ་བུ་། ལས་  
ཀྱི་མོ་ཡིས་ཅི་ཞིག་བྱ། མཚན་ལ་ལུས་ཀྱི་ལུང་པོ་དེ། སྤྱི་ལོ་མ་བུ་སྤྱི་ལོ་མ་བུ་སྤྱི་ལོ་མ་བུ་



པས། རྡོ་རིང་ཡུང་པོ་ཅི་ལ་ལྷུས། ཁཛེས་པ་ལྷ་ཡི་དགྲིལ་འཁོར་དེ། རྣལ་འབྱོར་ལུས་ལ་  
 རྩོགས་པ་ལ། སལ་ཡི་རི་མོས་ཅི་ཞིག་བྱ། རྒྱུང་སེམས་དབྱེར་མེད་མར་མེད། རྒྱུན་ཆད་  
 མེད་པར་འབར་བ་ལ། སེར་སྒྲུབ་ཀོང་བུས་ཅི་ཞིག་བྱ། བདུད་ཅི་ལྷ་ཡི་ཞལ་བས་དེ།  
 རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་གསོལ་བ་ལ། ཟུན་གྱི་བཤོས་བུ་སྐུ་ལ་འདྲེན། རྒྱལ་ཁྲིམས་གཙང་མའི་  
 གོས་གྱོན་པས། སྒྲིབ་གཉིས་བག་ཆགས་དག་པ་ལ། རྡོ་རིང་བྲུས་བུམ་སྐུ་ལ་འཆལ།  
 དུད་པའི་སྒྲིན་ཆོགས་སྒྲོས་དྲིས་གང་། བར་སྒྲུང་མཆོད་པའི་དགྲིལ་འཁོར་རྒྱས། རྡོ་རིང་  
 བདུག་སྒྲོས་བྱེད་རྒྱུ་མེད། ཁམ་པའ་འགྲོ་སྒྲེ་བཞིས་མཆོད་དབྱངས་མཛོད། ཡེ་ཤེས་རྒྱ་གིས་  
 མཆོད་པ་འབུལ། རྡོ་རིང་ཆོག་ཇི་ལྟར་བཞེད། རིག་འཛིན་ཀུན་གྱི་འཁོར་གྱིས་བསྐོར།  
 དཔའ་བོ་ཡོངས་གྱིས་ཞབས་ཏྲིག་བྱེད། རྡོ་རིང་ཕུར་ལ་རེག་དོན་མེད། རྡོ་ཉིད་རྟོགས་པའི་  
 སྒྲེས་བུའི་ཕུར། བཅས་བཅོས་མི་དགོས་བཞག་པས་ཆོག ལྷ་མི་ཀུན་གྱི་མཆོད་རྟེན་ལ།  
 བདག་པམི་དགོས་དག་སྒྲུར་མཛོད། ལྷ་དང་སྒྲུ་མའི་དམ་ཆོག་ལ། བཏམི་དགོས་སྤྲུགས་  
 དམ་སྒྲུངས། རིན་ཆེན་གཏེར་གྱི་སུང་པོ་ལ། ང་བདག་མ་བྱེད་མཉམ་པར་ཞོག སྒྲུ་མ་  
 སངས་རྒྱས་གསང་ཆོག་ལ། བཤད་འདོད་མ་མང་སྒྲུབ་ཅད་མཛོད། བཤད་མས་དག་མ་མང་  
 འགྲོ་ལེ་ཁ་རྒྱངས་ལ། གྲིབ་གྱིས་འཕྲོག་གི་སྒྲུ་མཆོམས་སྒྲོམས། ཅིག་ཅིག་སྒྲུབ་པའི་རྣམ་  
 ཐར་ལ། འགལ་རྒྱུན་མང་བས་གསང་སྒྲུབ་མཛོད། ཡལ་མཆོན་པ་ཡི་ཕམ་འབབས་ལ།  
 དངོས་གྲུབ་འབྱུང་བས་ཐེཾ་མཆོད། སྒྲུ་མ་རྩེ་བཙུན་རྣམ་ཐར་ལ། སྒྲན་པ་བྱེད་གྱིས་བསྒྲུག་  
 མི་དགོས། ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་སྒྲུ་དབྱངས་ལ། བྱིན་རྒྱབས་འབྱུང་ངོ་མོས་གྲུས་  
 སྒྱེད། མི་ལ་རས་པའི་བུ་རྒྱུད་ལ། གྲུབ་ཐོབ་མང་ངོ་སྤལ་ལྷན་ཀུན། ཡལ་ལྷོགས་འདི་ཡི་  
 མི་སྤྲུགས་ལ། ཉན་ཡམས་མེད་དོ་ལྷ་མི་རྣམས། རྡོ་རིང་འདིར་ཆོགས་སེམས་ཅན་ལ།  
 ངན་སོང་མེད་དོ་སྒྲེས་བུ་ཀུན། རྡོ་བཞིན་ཉིད་གྱི་དགྲིལ་འཁོར་ལ། རྒྱུང་སེམས་གཅིག་གོ་



དང་། བཟོད་སྒྲུགས་མེད་པའི་མོས་གུས་ཀྱི་དང་ནས་གསོལ་བ་བཏབ་སྟེ། དུས་ལ་མ་སྤེབས་  
 རུང་ལྷུང་དུ་མཇུག་པ་ལ་འགྲོ་དགོས་སྒྲུལ་ཡོད་པའི་ཆོ། ཅམ་མཁའ་བྱུང་མེད་གཉིས་བྱུང་  
 སྟེ། རས་རྒྱུད་པ་ལྷུང་དུ་སྒྲུལ་དང་མཇུག་དུ་མ་སྤྲིན། སྒྲུལ་དག་པ་མཁའ་སྤྱོད་དུ་གཤེགས་  
 ཅས་ཆོ་འདིར་མི་མཇུག་པར་འདུག་གོ། །ད་ལྟ་རང་སོངས་ཤིག་ཟེར་བ་དང་། ཅམ་མཁའ་  
 འཇའ་འོད་ཀྱིས་གང་བ་དང་མི་ལྟས་དེས་བསྐྱུལ་ནས་སྒྲུལ་བྱུང་དུ་རང་སོང་སྟེ། ད་ལྟ་རང་འགྲོ་  
 སྒྲུལ་བཞེངས་ཏེ་བྱོན་པས། ལོ་རིེད་ལ་གྱི་བྱ་སྐད་རྣམས་ཨོ་ཆོ་དེ་རེ་བ་ལ་འདུག། རས་རྒྱུད་  
 པས་ཀྱང་མོས་གུས་སྒྲུལ་འདི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་དང་ནས། རྒྱུད་དཔག་ཆེན་གྱིས་མདའ་འཕངས་པ་  
 འདྲ་བཞིག་བཟུང་སྟེ་སྒྲུལ་དང་མཇུག་དུ་བྱོན་པས། བོང་འགྲོས་པའི་རྒྱ་ལམ་གཉིས་ཀྱིས་སྤྱ་  
 རྩོ་གཅིག་ལ་ཆོད་དེ། དིང་རི་དང་བྲིན་གྱི་སོ་མཚམས་སྤྱོ་ཐེ་ལའི་ཆེ་མོར་ཉི་མ་ཆེ་ཤར་ལ་  
 སེབས། དེར་རུང་ཟད་ཅིག་བཞུགས་པས། ཅམ་མཁའ་དང་བར་སྤྲང་རི་མགོ་དང་ས་གཞི་  
 ཐམས་ཅད་ལྟས་བཟང་བོས་གང་བའི་གཟིགས་མོ་མཐའ་ཡས་པ་དེས་ཐུགས་སྤྱོ་བ་དང་སྤྱོ་བ་  
 གཉིས་ཀྱི་བྱུང་། རྒྱུད་པར་རྩོ་བོར་བཟངས་ཀྱི་ཆེན་འཇའ་འོད་སྤྱིན་གྱི་གུར་ཁང་ལ་བཞེན་པའི་  
 ལྷའི་བྱ་དང་བྱ་མོ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་འདོད་ཡོན་ལྷའི་མཆོད་རྗེས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཐོགས་པ་དེ་  
 རྣམས་རྒྱུད་པར་གྱི་ཕྱོགས་ལ་གུས་གུས་ཀྱིས་བྱུག་འཆལ་བ་དང་མཆོད་པ་འབུལ་ཞིང་སྤོན་ལམ་  
 འདེབས་པ་དེ་དག་མཐོང་ནས། རྩེ་བཙུན་རས་རྒྱུད་པ་ཐེ་ཆོ་མ་ཟོས་ཏེ། ལྷ་རྣམས་ལ་ལྟས་  
 བཟང་བོ་འདི་ལྟ་བུ་དང་། རྒྱུད་པར་ཁྱེད་རྣམས་ཀྱི་མཆོད་པ་འདི་སྤུལ་འབུལ་བ་ཡིན་གསུངས་  
 པས། དེའི་ནང་ནས་ལྷ་མོ་འག་འཞིག་ན་རེ། སྤྱིས་བྱ་ཁྱེད་ཀྱིས་མིག་དང་རྣབ་བཀག་ནས་  
 བསྐྱེད་པ་ཡིན་ནམ། ལྟས་འདི་དག་ས་སྟངས་ལྷ་མི་ཀུན་གྱི་མཆོད་གནས་དམ་པར་གྱུར་པ་མི་  
 ལ་བཞད་པ་རྩི་རྩེ་དག་པ་མཁའ་སྤྱོད་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་སུ་འབྱོན་པ་ལ་དཀར་ཕྱོགས་ཀྱི་ལྷ་རྣམས་  
 ཀྱིས་མཆོད་པ་འབུལ་བ་ཡིན། མི་རྣམས་ཀྱང་རྒྱུད་པར་ནུབ་ཆོག་པ་མཆོད་པ་འབུལ་ཞིང་

ཡོད་ཟེར་བཟོས་ནས་ཐུགས་ཐོན་འགྲོ་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱུང་སྟེ། ཟུར་དུ་བྱོན་པས། རྒྱུ་འབྲེལ་གྱི་  
 ཉེ་འཁོར་གྱི་ལམ་ཁན་སྤྱི་བོར་མཆོད་རྟེན་གྱི་ཞབས་འདུ་བཞིག་ཡོད་པ་དེའི་སྟངས་ནི་བཙུན་  
 ཐེགས་འདུག་སྟེ། རའི་བྱུངས་རྒྱུར་པ་འོངས་པ་ཡིན་ནམ་གསུང་མི་ལམ་སྟར་མཉེས་མཉེས་  
 མཛད་ཅིང་འདུག་པ་ལ། རྟེན་བཙུན་སྟེ་ཡལ་བ་མི་བདེན་པར་འདུག་སྟེ་འདུག་པ་དག་ལྟོ་དཔག་ཏུ་མེད་  
 པ་ཞིག་བྱུང་སྟེ་ཞབས་སྟེ་བོར་བྲངས། གསོལ་བ་བཏབ་པས་གང་ཞུས་ཀྱི་ལན་ཐམས་ཅད་  
 གནང་བར་མཛད་དོ། །

དེའམ་ཇི་བཙུན་གྱི་ཞལ་ནས། འུ་རས་རྒྱུད་པ་རང་སྤྱི་ནས་ཤོག་ཅིག། དམ་ཁྱེད་གྱི་སྒྲ་  
 ཡེན་གཤམས་བྱེད་འོང་གིས་གསུང་། སྒོན་པ་ཐེབས་སོང་བ་སྐྱད་ཅིག་ལ་མི་སྒྲུང་བར་གྱུར་  
 ཏོ། །དེར་རས་རྒྱུད་པ་ལ་མ་ལ་ཞུགས་ཏེ་རྒྱུད་བར་དུ་སྟོན་པས། ཇི་བཙུན་གྱི་གཟིམས་ཕུག་ན་  
 གྲུ་བ་དུ་སྟོན་ཉལ་དང་བཅས་པ་རྣམས་ཚོགས་ཏེ་སྒྲུང་ན་གྱི་དང་ནས་འུར་ལ་མ་ཚོད་པ་འབྲུལ་བ་  
 དང་ཐུག་བྱུང་བ། རས་རྒྱུད་པ་རྒྱུས་མེད་པའི་རས་པ་གཞིན་པ་འགས་རས་རྒྱུད་པ་བཟུང་ནས་  
 འུར་གྱི་དུང་དུ་མ་བཏང་བ་ལས་ཐུགས་ཤིན་ཏུ་སྟོང་ཞིག་བྱུང་ནས། རྒྱལ་ལ་སྟེ་སྤྲུགས་ཀྱི་  
 གདུང་དཔྱད་ས་ཀྱིས་ཡན་ལག་བདུན་པ་འདི་ཕུལ་ལོ། །

རྩོམ་གསུམ་སངས་རྒྱལ་འགྲོ་བའི་མགོན། རྩལ་མ་ཁྱེན་བཅེ་ཆེན་པོའི་དང་ཉིད་  
 བས། །འབངས་སྐལ་མེད་རས་རྒྱུད་རྩོམ་གསུམ་དཔེ། །ཉམ་ཐག་པའི་སྤྲེ་སྤྲལ་གསུམ་  
 ལགས་སམ། །འོ་དོད་གདུང་དབྱངས་ཐལ་ལོ་སྤྲམ་རྩོམ། །པ་མཇལ་བར་འདོད་ནས་ཞབས་  
 དུང་བསྟེགས། །བྱ་བསོད་ནམས་མེད་པས་ཞལ་མ་མཐོང་། །པ་རྩལ་མ་རྩོམ་གསུམ་གསུམ་པོ་ག་  
 བཀའ་བློན་ཅན། །མ་ཁྱེན་བཅེ་རུས་པ་ཀུན་ལྟན་པའི། རྩོམ་གསུམ་སངས་རྒྱལ་ཁྱོད་ཉིད་  
 ལ། །སྤྲུང་སྤྲོ་གསུམ་གསུམ་པས་སྤྲུག་འཆལ་བསྟོད། །བཀའ་བཞིན་སྐྱབ་པའི་མཆོད་པ་  
 འབུལ། །མི་དགའ་ལོག་ལྟའི་སྤྲིག་པ་བཤགས། །མཛོད་མཆོག་རྣམས་ལ་རྩོམ་ཡི་རང་། །  
 ཟབ་དོན་ཆོས་འཁོར་སྐོར་བཞིན་དུ། །སྤྲུང་ན་མི་འདད་བཞུགས་སུ་གསོལ། །སྤྲོམ་སྤྲུབ་ལ་



ཡང་དེཙམ་ཡི་ཆད་མི་དགོས། ཡུས་ཀྱིས་མ་བརྒྱུད་བར་པའི་གམ་དུ་ཤོག་ཅིག་གསུངས་པའི་  
ཆོ། ཀུན་ཡམ་མཚན་ཞིང་ཉལ་ས་པ་ལྟར་དགའ་བར་སྒྱུར་ཏོ། །

དེན་ས་རས་རྒྱུད་པས་རྩེ་བཙུན་ལ་འཆངས་ནས་མང་དུ་བལྟམས་ཤིང་ཐུགས་འོང་  
གསལ་དུ་ཐིམ་པ་བྱན་སོས་པ་དང་། གྲུ་པ་བུ་སྟོབ་ཀུན་ཕུར་བར་གི་མདུན་ན་པར་བསྒྲིགས་ཏེ་  
བཞུགས་པ་ལ། རྩེ་བཙུན་གྱིས་སྒྲུབ་བྲལ་བྱུང་འཇུག་དྲི་རྩེ་ལྟར་བཞེངས་ནས་མེ་ལྷེ་རྣམས་  
ཕྱག་གིས་མཚན་པས། བད་མ་འདབ་བརྒྱུད་ལྟ་བུའི་དབུས་ན། སྐྱ་ཟེའུ་འབྲུ་ལྟ་བུའི་ཞབས་  
ཕྱེད་ཀྱང་ལོ་གོ་བ་དང་། ཕྱག་གཡམས་བརྒྱུད་པའི་ཆོས་འཆད་ཀྱིས་མེ་ལྷེ་མཚན་ཞིང་གཡོན་  
ཞལ་འགྲམ་སྟོར་བའི་དང་ནས། བུ་སྟོབ་རྣམས་ལ་རས་རྒྱུད་པའི་སྒྲུ་ལན། མི་རྒྱུད་འདི་ཐ་  
ཆོག་འདི་ཉོན་ཅིག་གསུངས། ཕུར་བར་ནང་ནས་དྲི་རྩེ་ལྟར་མཁུར་ནས་བྱུང་བའི་གསུང་གི་ཐ་  
མ་སྒྲིང་པོ་གནད་དུ་གཟིགས་མཁུར་འདི་གསུངས་སོ། །

བུ་སྒྲིང་དང་འདྲ་བའི་རས་རྒྱུད་པ། །འཆེམས་གདམས་དག་སྒྲུ་འདི་ཉོན། །འམས་  
གསུམ་འཁོར་བའི་རྒྱུ་མཚན། །སྐྱུ་ལུས་ཀྱི་ཕུང་པོ་སྒྲིག་པོ་ཆེ། །ལྟོ་གོས་ཀྱི་ཞེན་པ་བསྐྱབས་  
བསྐྱབས་ནས། །འཇིག་རྟེན་བྱ་བ་ཐོངས་དུས་མེད། །འཇིག་རྟེན་བྱ་བ་ཐོངས་ཤིག་རས་རྒྱུད་  
པ། །སྐྱུ་མ་ལུས་ཀྱི་གྲོང་ཁྱེར་ན། །རང་སེམས་དངོས་མེད་སྒྲིག་པོ་ཆེ། །ལུས་ཤུགས་གི་  
རྩེས་སུ་འབྲངས་འབྲངས་ནས། །ཆོས་ཉིད་དོན་ལ་རྟོགས་དུས་མེད། །སེམས་ཉིད་བརྒྱུད་ཤིང་  
ཆོད་ཅིག་རས་རྒྱུད་པ། །བཅའ་རིག་གཉིས་ཀྱི་སོ་མཚམས་ན། །རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་སྒྲིག་པོ་  
ཆེ། །སྟོབ་ཀྱི་རྟེན་པ་འགྲིམས་འགྲིམས་ནས། །སྐྱེ་མེད་ཀྱི་དོན་ལ་རྟོགས་དུས་མེད། །སྐྱེ་  
མེད་བཙན་ས་བྱུངས་ཤིག་རས་རྒྱུད་པ། །ཆོ་འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀྱི་སོ་མཚམས་ན། །བར་དོའི་རྣམ་  
ཤེས་སྒྲིག་པོ་ཆེ། །ལུས་མེད་ལུས་དང་འགྲོགས་འགྲོགས་ནས། །གནས་ལུགས་དོན་ལ་  
རྟོགས་དུས་མེད། །གནས་ལུགས་གཏན་ལ་ཐོབ་ཅིག་རས་རྒྱུད་པ། །རིགས་དུག་འབྲུལ་བའི་  
གྲོང་ཁྱེར་ན། །ལས་དན་སྒྲིག་སྒྲིབ་ཚན་པོ་ཆེ། །ཆགས་སྤང་རྩེས་སུ་འབྲངས་འབྲངས་

ནས། །མཉམ་པ་ཉིད་ལ་རྟོགས་དུས་མེད། །ཆགས་སྒྲིབ་སྤོངས་ཤིག་རས་རྒྱུད་པ། །མི་  
མཛོད་ཀྱི་མཁའ་མཁའ་འདི་དབྱིངས་ཤིག་ན། །རྟོགས་པ་འདི་སངས་རྒྱུ་ཞལ་རྩམས་པ། །དྲང་དོན་གྱི་  
བསྐྱེད་གསུངས་གསུངས་ནས། །ངེས་པའི་དོན་ལ་རྟོགས་དུས་མེད། །ཐ་སྐྱོད་སྤོངས་ཤིག་  
རས་རྒྱུད་པ། །སྒྲིབ་ལི་དམ་མཁའ་འགྲོགས་ལ། །གཅིག་ཏུ་བྲིལ་ལ་གསོལ་བ་ཐོབ། །ལྟ་  
བ་སྒྲིམ་པ་སྤྱོད་པ་གསུམ། །གཅིག་ཏུ་བྲིལ་ལ་ཉམས་སུ་ལོངས། །ཆོ་འདི་དང་ཕྱི་མ་བར་དོ་  
གསུམ། །གཅིག་ཏུ་བྲིལ་ལ་འདྲིས་སུ་རྒྱུག། །དེ་གདམས་དག་ཀུན་གྱི་ཐ་མ་ཡིན། །ཁ་  
ཆེས་ཀུན་གྱི་མཛུགས་ཡིན། །དོན་དེ་ལས་མེད་དོ་རས་རྒྱུད་པ། །དེ་ཉམས་སུ་ལོངས་ཤིག་  
པ་ཡི་བྱ། །

ཞེས་གསུངས་ནས། །ཡང་འོད་གསལ་ལ་དུ་ཐིམ་མོ། །ཐིམ་མ་ཐག་ཕྱར་ཁང་འཇའ་  
འོད་ལས་གྲུབ་པའི་གཞལ་ཡས་ཁང་གྲུབ་ཞི་སྒོ་བཞི་རྒྱན་ཏུ་བབས་དང་བཅས་པའི་སྟེང་དུ་འཇའ་  
འོད་ཀྱི་གྱུར་དང་བྲལ། །ཕུ་ཤུའི་ཆེ་མོར་གདུགས་དང་རྒྱལ་མཚན་ལ་སོགས་པ་མཚོད་ཇུས་  
དཔག་མེད་ཀྱིས་གང་བཞིག་ཏུ་གྱུར་པ་དང་། །མེ་ལྷེ་ཡང་རྩ་བ་ཐམས་ཅད་པད་མ་འདབ་བརྒྱུད་  
ལ། །ཆེ་མོ་བཀྲ་ཤིས་རྟགས་བརྒྱུད་དང་། །འཛུགས་སྐྱོང་བྱེད་པ་སོགས་པའི་མཚོད་ཇུས་སུ་  
འབར་བ། །མེ་ལྷེ་ཐམས་ཅད་མཚོད་ཇུས་དུ་མ་ཐོགས་པའི་ལྟ་མོ་མང་པོ་འཕྲོའོ། །མཚོད་  
པ་འབྲུལ་བ་དང་མེ་འབར་བའི་སྐྱོ་ཐམས་ཅད་པུ་མང་སྤྱིར་བྱུང་དང་དྲུག་ལ་སོགས་པའི་  
འོ་མའི་སྐྱོ་སྐྱོན་སྐྱོལ་སུ་འབྱུང་བ་དང་། །དུད་པ་རྣམས་ལ་བྱི་བཟང་འབྱུང་ཞིང་། །འཇའ་  
གདུགས་རྒྱལ་མཚན་ལ་སོགས་པའི་མཚོད་སྤྱིན་སྐྱོལ་སུ་འཕྲིགས་པར་གྱུར་ཏོ། །

དེའི་ཆེ་ཕྱར་ཁང་སྟེང་གི་ནམ་མཁའ་ལ་ལྟ་མོ་བྱུང་བུ་མོ་བུམ་པ་ཐོགས་པས་བདུད་  
ཅིའི་ཆར་རྒྱུན་དང་། །འདྲོད་ཡོན་ལྷའི་མཚོད་པས་ལྟ་མོའི་མཚོད་འོས་ཀུན་ཆོས་པར་བྱས་སོ། །

དེའི་ཆེ་གྲུབ་བྱས་པ་ཉམ་དང་བཅས་པ་ཀུན་གྱི་མཐོང་སྒྲུབ་ལ་ཕྱར་ཁང་གཞལ་ཡས་  
ཁང་དུ་གཅིག་པ་ལ། །ཕྱར་དབྱེས་པ་རྟོཾ། །འཁོར་ལོ་སྒྲིམ་པ། །གསང་བ་འདུས་པ། །རྟོཾ།





དང་། གསེར་བཅོམ་གར་བྱས་གང་བ་དང་། མཚོ་འབྲིལ་བ། མེ་འབར་བ། རྒྱུད་གཡོ་  
བ། ཅི་ཡང་མི་སྤང་བ་དང་། འདོད་ཡོན་ལྡན་མཚོད་ཇུས་གྱིས་གང་བ་ལ་སོགས་  
ཏེ། མཐོང་སྤང་མི་འདྲ་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་བྱུང་ངོ་། །

དེ་ནས་ལྷ་པ་བུ་སྒྲོ་བ་ཉི་མ་དང་བཅས་པ་རྣམས་ནངས་པར་བུར་ཁང་ཞལ་བྱེ་  
སྟེ། གདུང་དང་རིང་བསྐལ་ལ་སོགས་པའི་མོས་གུས་གྱི་རྟེན་རྣམས་འབྱེད་དེ་ངོ་མཚར་ཅན་  
མང་པོ་འབྱོན་པར་འདུག་སྟེ། དགའ་ཡལ་ལེ་བའི་ངང་ནས། བུར་ཁང་ལ་མགོ་བསྟར་ནས་  
གཟིམས་པས་ཐམས་ཅད་མཉམ་དུ་སོང་བའི་ཆེ། ཐོ་རངས་རས་རྒྱུད་པ་མཉམ་སང་བའི་  
གཟིགས་སྤང་ལ། མཁའ་འགྲོ་སྟེ་ལྷ་དར་གྱི་ན་བཟའ་གསོལ་ཞིང་། རུས་པ་དང་རིན་པོ་ཆའི་  
རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན་པར་འདྲ་བའི་འཁོར་སྟོ་མེར་དམར་ལྗང་དཀར་བ་དུ་མས་འདོད་ཡོན་ལྡན་  
མཚོད་ཇུས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཐོགས་ནས་བུར་ཁང་ལ་མཚོད་པ་འབྱུལ་ཞིང་། གཙོ་མོ་རྣམས་  
གྱིས་དར་དཀར་གྱི་ཡོལ་བས་བུར་ཁང་བསྒྲིབས་པའི་ནང་ནས་འོད་དཀར་པོ་གཅིག་རིལ་གྱིས་  
སྒྱུན་འབྲེན་ཞིང་འདུག་པའི་གཟིགས་མོ་ལ་རྩུང་བྱེད་ཡོངས། དེ་ནས་མཁའ་འགྲོས་གདུང་རིང་  
བསྐལ་རྣམས་གདན་འདྲེན་པ་སྤིད་སྟེ། མཁའ་འགྲོ་རྣམས་ནམ་མཁའ་བྱོན་  
སོང་། མཚོད་གོགས་དྲེ་ཆེ་སྒྱུན་རྣམས་བོས་ཏེ་བུར་ཁང་ལ་གཟིགས་པས། གདུང་ཐལ་ཅོམ་  
ཡང་མ་ལུས་པར་གདན་དངས་ཚར་འདུག་པ་ལ། རས་རྒྱུད་པ་བྱུགས་སྟོན་སྟེ། མཁའ་འགྲོ་  
རྣམས་ལ་དེད་རྣམས་གྱི་གདུང་སྒྲལ་དགོས་གསུངས་པས། མཁའ་འགྲོ་རྣམས་ན་རེ། ཁྱེད་  
བུ་ཆེན་རྣམས་ལ་གདུང་དང་རིང་བསྐལ་གྱི་དམ་པ་སེམས་ཚོས་སྒྲུར་ངོ་སྤྱད་པས་མི་ཆོག་  
ན། གསོལ་བ་ཐོབ་དང་ཆེ་བཅུན་གྱི་ཐུགས་རྗེས་གནང་སྟེ་འོང་། གཞན་མི་རྣམས་གྱིས་རྗེ་  
བཅུན་ཉི་ཁྲ་ལྷ་བུ་ལ་མེ་ཁྱེར་གྱི་མཐོང་ཅོམ་ཡང་མ་བྱས་པས་གདུང་དང་རིང་བསྐལ་མི་

འོང་། འདི་དེད་རང་རྣམས་ཀྱི་སྐལ་པ་ཡིན་ཟེར་ནས་མཁའ་ན་བསྐྱད་འདུག་པ་ལ། བདེན་སྐྱེས་གཏུང་བའི་དབྱངས་ཀྱིས་གསོལ་བ་འདི་ལྟར་བཏབ་བོ། །

རྒྱལ་མའི་དབྱངས་བཞུགས་པའི་ཆོ། གད་པས་ཅིག་སྐྱུང་བཀའ་བསྐྱབས་པས། །  
ཐབ་དགུ་དོན་གྱི་གདམས་ངག་ཐོབ། སྐལ་ལྷན་སྤྲིན་ཅིང་གོལ་མཛད་པ། གཏུང་དང་རིང་  
བསྐྱེལ་མོས་པའི་རྟེན། སེམས་ཅན་ཡོངས་ལ་ཐུགས་རྗེས་བྱངས། རྒྱུ་ཅིག་ཕྱར་རིལ་  
བཞུགས་པའི་ཆོ། ཞིབ་ཅད་དྲག་པོས་བསྐྱོམས་པའི་མཐུས། གྲུབ་རྟགས་རྩུ་འཕྱུལ་མཛོན་  
གྱུར་པས། རྒྱལ་ཁམས་ཡོངས་ལ་གྲགས་གྱུར་པ། གཏུང་དང་རིང་བསྐྱེལ་མོས་པའི་  
རྟེན། མཐོང་ཐོས་རྣམས་ལ་ཐུགས་རྗེས་བྱངས། རྒྱུ་སྤྲོ་བཅའ་ན་བཞུགས་ཅམ་ན། ཉེ་  
རིང་མེད་པའི་ཐུགས་རྗེ་ཅན། མཛོན་ཤེས་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་རྒྱས། འགྲོ་བའི་དོན་ལ་བརྟེན་  
ཅན། གཏུང་དང་རིང་བསྐྱེལ་མོས་པའི་རྟེན། སྐལ་ལྷན་བུ་ལ་ཐུགས་རྗེས་བྱངས། རྒྱུ་  
མང་པོའི་ཁྲོད་དུ་བཞུགས་ཅམ་ན། བྱང་སེམས་རྒྱས་པའི་བཀའ་དྲིན་ཅན། འབྲེལ་ཚད་ཐར་  
པའི་ལམ་ལ་འབྲུན། རྒྱུ་བསྐྱེལ་ཅན་ལ་ལྟག་པར་བརྟེན། གཏུང་དང་རིང་བསྐྱེལ་མོས་པའི་  
རྟེན། རྒྱས་པ་མེད་ལ་ཐུགས་རྗེས་བྱངས། རྒྱུ་མའི་སྐུ་ལུས་འདོར་བའི་ཆོ། ལམ་འཕྱོད་  
གྲུབ་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ། སྤྱང་སྤྲིན་ཆོས་སྐྱར་བསྐྱར་མཛད་ཅིང་། ལམ་འཕྱོད་ཡོངས་ཀྱི་  
གཙོ་བོ་ཡིས། གཏུང་དང་རིང་བསྐྱེལ་མོས་པའི་རྟེན། འདིར་ཆོགས་བུ་ལ་ཐུགས་རྗེས་  
བྱངས། །

ཞེས་དུ་འབོད་ཀྱི་གཏུང་དབྱངས་ཀྱིས་གསོལ་བ་བཏབ་པས། མཁའ་འགྲོའི་ཕུག་གི་  
འོད་དེའི་ནང་ནས། འོད་ཟེར་ཁ་དོག་སྐུ་ལྷ་འགྲོ་བའི་རིང་བསྐྱེལ་བྱ་མའི་སྒྲོང་ཅོམ་གཅིག་ཕྱར་  
ཁང་གི་སྤྱང་དུ་འོད་མེར་འཕྲོས་བྱུང་བ་ལ། རུ་ཆེན་རྣམས་ཀྱིས་ཕུག་ཕུབ་མཛད་ནས། དཔེ་  
ཡིན་གསུང་ཞིང་གདན་འདྲེན་དུ་བྱིན་པ་ལ། རིང་བསྐྱེལ་དེ་སྤྱར་ཡང་ནས་མཁའ་འགྲོ་ནས་  
མཁའ་འགྲོའི་ཕུག་གི་འོད་དེའི་ཐིམ་པས་འོད་དེ་ཆག་ཉིས་སུ་གྱེས་ཏེ། ཆག་ཅིག་སངས་པའི་ཁྲི་



འདབས་རུས་ན། འཕྲིན་པས་རྒྱུད་དུ་མི་འགྲོ་བ། ཆོས་སྤྱོད་སྤྱི་ཡི་དམ་ཚིག་ཡིན། གྲུ་མ་  
 སྐྱ་གསུམ་དབྱེར་མེད་ནི། རྩུ་འཕུལ་བཀོད་པ་ཅིར་ཡང་སྟོན། རྒྱུད་ལ་དོད་པའི་སྐྱ་འབྲས་  
 ཅན། འདོས་སུ་འགྱོན་པ་དོམ་ཆར་ཆེ། མོས་གུས་གཏུང་བ་དྲག་པོ་ཡིས། སླིང་ནས་  
 གསོལ་བ་འདེབས་རུས་ན། འདོས་གྲུབ་རྒྱུད་དུ་མི་འགྲོ་བ། གྲུབ་ཐོབ་ཡོངས་ཀྱི་དམ་ཚིག་  
 ཡིན། འདམ་ཚིག་འདོས་སུ་སྤྱང་བ་ན། འདམ་ཅན་ཡོངས་ཀྱིས་དོས་གྲུབ་སྟེར། གཅིག་  
 ལུང་རི་ཁོད་ཟིན་པ་ན། ཁ་དང་མཁའ་འགྲོ་དང་གིས་འཁོར། ཆོས་ལ་དོ་སྐྱོག་མ་བྱས་  
 བ། སྐྱུར་དུ་གྲུབ་པའི་སྐྱ་སྐམས་ཡིན། ཁང་དུ་སྤྱིད་འདོད་མི་འདུག་ན། ཉོན་མོངས་རྩ་བ་  
 ལུང་བ་ཡིན། བདག་དང་དོས་པོར་མི་འཛིན་ན། འབྲེ་བདུད་བར་ཆད་སོད་པ་ཡིན། འ  
 ཕྱིགས་དང་རིས་སུ་མི་འདུག་ན། ལྟ་བ་ཡོངས་སུ་དག་པ་ཡིན། འཁོར་འདས་སྟོང་པར་  
 འཆར་རུས་ན། སྒྲོམ་པ་ཡོངས་སུ་དག་པ་ཡིན། བརྟུལ་ཞུགས་ཁོང་ནས་བརྟོལ་བ་ན། འ  
 སྟོད་པ་ཡོངས་སུ་དག་པ་ཡིན། གྲུ་མའི་ལུང་བསྟན་ཐོབ་པ་ན། འདམ་ཚིག་ཡོངས་སུ་དག་པ་  
 ཡིན། བཅའ་ཅན་ཀུན་གྱི་དོན་གྲུབ་ན། འབྲས་སུ་ཡོངས་སུ་དག་པ་ཡིན། འདོན་སྟོབ་  
 ཐུགས་ཡིད་འབྲེས་པ་ན། འབྲེལ་བ་ཡོངས་སུ་དག་པ་ཡིན། རྟགས་དང་དོས་གྲུབ་མཐོང་  
 བ་ན། སྤྱང་བ་ཡོངས་སུ་དག་པ་ཡིན། འདམ་ཚིག་ཉམས་སྤྱོད་ཐོད་རྟགས་ཆོས། ཁྱེད་སུ་  
 སྟོབ་ནམས་ཀྱི་གཏུང་སྐལ་མཛོད། །



ཡིས་མཇུག་ཅན། ཁ་དང་བུ་གཉིས་སྤང་བ་འདྲ། ཅི་ཕན་མཛོད་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ། །  
 བྱམས་པ་ཅན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། རྩེ་མཁའ་སྤྱོད་གནས་སུ་གཤེགས་ཅན། འདོད་སྤྱོད་  
 གཏེར་གྱི་བྱམས་པ་འདྲ། འདོད་སྤྱོད་འབྱུང་བའི་རྣལ་འབྱོར་པ། རྩོམ་ཆེར་ཅན་ལ་གསོལ་  
 བ་འདེབས། རྩེ་མཛོད་ཤེས་ལུང་བསྟན་མཛོད་ཅན། ཁ་དང་ལག་པ་སྤྱོད་པ་འདྲ། འཕྲུག་  
 པ་མེད་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ། འཕྲུག་སྤྱོད་མཁའ་གསོལ་བ་འདེབས། རྩོམ་ཆེར་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 རྩེ་མཛོད་ཅན། ལ་ཡིས་བུ་ལ་ཁོར་འཕོགས་འདྲ། ལངས་པ་མེད་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ། །  
 ལྷགས་རྩེ་ཅན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། ཁ་ཁའ་འགྲོའི་བྱ་གཟི་མི་མཛོད་རྟེན་དེ། འདོད་སྤྱོད་  
 རྣམས་ལ་གནང་བར་ལུ། །

ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་པས། ཡང་མཛོད་རྟེན་ནང་གི་རྩོམ་གྱི་སྤྱོད་ཤེས། རས་པ་ཞི་  
 བ་འོད་གྱིས་ཞུས་པའི་ལན་དུ་འདྲ་མིན་གོལ་ས་གཅོད་པའི་མགུར་འདི་གསུངས་སོ། །

འོན་སྐུལ་ལྟན་དང་པ་ཅན། ལྟང་ལྟང་ག་དུང་བས་གསོལ་འདེབས་པ། ལ་མཛོད་  
 རས་པའི་བྱ་སྤྱོད་ཅན། ཁོ་ཁོ་མིལ་རས་པ་དང་། ཆོས་སྐྱུ་ཀུན་ལ་བྱུང་བ་ཡིས། སྤྱོད་པ་  
 ཉིད་ལ་འོར་ཐོབ་མེད། གཟུགས་སྤྱོད་བྱིངས་སུ་ཐིམ་པ་ཡིས། ཀུན་རྫོབ་ག་དུང་དང་རིང་  
 བ་སྤྱོད་རྣམས། ཁིལ་པོ་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པ་དེ། འོད་ཟེར་འབར་བའི་མཛོད་རྟེན་གཅིག །  
 འདི་འགྲོ་བ་ཡོངས་ཀྱི་ཆོགས་ཀྱི་ཞིང་། བཞུགས་གནས་དག་པའི་ཞིང་དུ་བྱེད། འདོད་  
 གཏེར་མཁའ་འགྲོ་སྤེལ་བྱེད། བྱུག་མཛོད་ལྟ་དང་མཁའ་འགྲོས་འབྱུག། མི་ཡུལ་  
 བཞག་ཀྱང་ཡལ་ནས་འགྲོ། བྱེད་སྤྱོད་རྣམས་ཀྱི་སྤྱུལ་བ་ལ། རང་སེམས་ཆོས་སྤྱོད་  
 སྤྱོད་པས། ག་དུང་དང་རིང་བ་སྤྱོད་དུ་པ་ཡོད། རྩོམ་སྤྱོད་ལེན་པའི་ལམ་དུ་སྤྱོད། །  
 འདྲ་མིན་གོལ་ས་འདི་འདྲ་འབྱུང་། ཁ་བཟུང་བྱུངས་ལ་སྤྱོད་ལེན་གྱིས། ལ་མཛོད་ལྟན་སྤྱོད་  
 བསྟན་པ་དང་། མི་བསོད་ནམས་ཅན་ལ་བརྟེན་པ་གཉིས། འདྲ་དང་འདྲ་ལ་ཁོར་དོགས་  
 མཛོད། ལ་སྤྱོད་སེམས་ལ་ཤར་བ་དང་། མི་རྟོག་སྤྱོད་ཡིས་བཅོས་པ་གཉིས། འདྲ་དང་

འདྲ་ལཱོར་དོགས་མཛོད། སྒྲོམ་གཉུག་མའི་རང་ས་ཐིམ་པ་དང་། ཞིག་ནས་ཕྱི་ལ་འབྱར་བ་  
 གཉིས། འདྲ་དང་འདྲ་ལཱོར་དོགས་མཛོད། རང་བྱུང་ལྷག་པའི་རང་ཤར་དང་། མཐོང་  
 མཐོང་མང་པོའི་དྭན་པ་གཉིས། འདྲ་དང་འདྲ་ལཱོར་དོགས་མཛོད། སེམས་ཉིད་མི་མེད་  
 གཟེར་མཐོང་དང་། བསམ་པ་བཟང་པོས་ཕན་འདོགས་གཉིས། འདྲ་དང་འདྲ་ལཱོར་  
 དོགས་མཛོད། རང་སྐྱེས་གྲུབ་རྟེན་འབྲེལ་ཤར་བ་དང་། ཟང་ཟིང་མང་པོའི་བསོད་ནམས་  
 གཉིས། འདྲ་དང་འདྲ་ལཱོར་དོགས་མཛོད། མ་དང་མཁའ་འགྲོའི་ལུང་བསྟན་དང་། ས་  
 གྲུབ་པའི་ལུང་འབོད་གཉིས། འདྲ་དང་འདྲ་ལཱོར་དོགས་མཛོད། མཁའ་འགྲོས་སྐྱེ་བ་  
 པའི་འཕྲིན་ལས་དང་། བདུད་གྲིས་སྐྱེ་བ་པའི་བར་ཆད་གཉིས། འདྲ་དང་འདྲ་ལཱོར་དོགས་  
 མཛོད། ཆོས་སྐྱེད་མེད་གོང་བུ་དང་། མཚན་མ་རྩལ་གྱི་རིང་བསྐལ་གཉིས། འདྲ་དང་  
 འདྲ་ལཱོར་དོགས་མཛོད། སྤྱུལ་པ་དབྱིངས་གྱི་མེ་ཏོག་དང་། འདོད་ལམས་ལྷ་ཡི་མེ་ཏོག་  
 གཉིས། འདྲ་དང་འདྲ་ལཱོར་དོགས་མཛོད། གཏོན་ལས་སྐྱེས་པའི་མཆོད་རྟེན་དང་། སྤྱུལ་པ་  
 ལྷ་ཡི་མཆོད་རྟེན་གཉིས། འདྲ་དང་འདྲ་ལཱོར་དོགས་མཛོད། སྤྲུང་སྤྲུང་འཇའ་འོད་  
 གུར་ཁང་དང་། འབྱུང་བ་རྒྱེན་གྱི་འཇའ་འོད་གཉིས། འདྲ་དང་འདྲ་ལཱོར་དོགས་  
 མཛོད། སྒྲོན་གྱི་ལས་འགྲོའི་དད་པ་དང་། རྒྱེན་ལས་སྐྱེས་པའི་དད་པ་གཉིས། འདྲ་དང་  
 འདྲ་ལཱོར་དོགས་མཛོད། རྟེན་པ་སྤྲིང་ནས་སྐྱེས་པ་དང་། རོ་ཆོ་ཁྲེལ་གྱི་དད་པ་གཉིས། འདྲ་  
 དང་འདྲ་ལཱོར་དོགས་མཛོད། སྤྲིང་ནས་སྐྱེ་བ་བྱེད་པ་དང་། ཆོ་འདི་གྲུ་མའི་རྩ་སྤྲུང་  
 གཉིས། འདྲ་དང་འདྲ་ལཱོར་དོགས་མཛོད། བསམ་དོན་ལག་ཏུ་འགོལ་བ་དང་། བཏོན་  
 རྒྱུང་ལ་བསྐྱར་བ་གཉིས། འདྲ་དང་འདྲ་ལཱོར་དོགས་མཛོད། མ་དང་མཁའ་འགྲོའི་མཆོད་  
 རྟེན་འདི། རྟེན་གསུམ་སངས་རྒྱུས་ཞིང་ལམས་ཡིན། རྟེན་འབོད་པ་འཕེའི་ཆོགས་ཁང་  
 ཡིན། གྲུ་མ་རྩེ་བཅུ་གྲུ་མ་ཁང་ཡིན། རེ་ཤར་ཕྱོགས་ཞིང་ལམས་སུ། མཁའ་འགྲོ་

མང་པོ་འདུས་པའི་ནང་། ཁ་འཛིན་པར་དག་འབའི་ཞིང་དེ་ན། བཅོམ་ལྷན་བདེ་མཆོག་འཁོར་  
ལོ་དང་། སྤྱན་རས་གཟིགས་མགོན་སྟོན་མའི་ཆོག་ས། ཀུན་བཟང་བདེ་བའི་གནས་དེ་  
རྩ། མཁའ་འགྲོ་མང་པོའི་བསུ་མ་ཡོད། བྱིད་གསོལ་བ་སྤྲིང་ནས་འདེབས་ལུས་ན། ཁ་  
ཞེ་མེད་པའི་མཆིམ་འཁྲུག་ བཅོམ་མ་མེད་པའི་ཕྱག་རྟེན་མཆར། ཤེས་རབ་རྣོན་པོའི་མེ་  
རྟོག་འཐོར། བྱང་རྒྱལ་སེམས་ཀྱི་བུ་མ་བྱས་ཀྱིས། འད་པ་འགྱུར་མེད་སྤང་བ་བཟང་། །  
ཡེ་ཤེས་གཉིས་མེད་དབང་ལུ་ན། མགོ་བོ་འདྲི་ཡི་འོག་ཏུ་ལུགས། །

ཞེས་གསུངས་ཤིང་། མཁའ་འགྲོ་རྣམས་ཀྱིས་མཆོད་རྟེན་བྱ་ཆེན་རྣམས་ཀྱི་སྤྲིང་གི་  
ནམ་མཁར་ཁྱེད་བྱུང་སྟེ། མཆོད་རྟེན་ལས་བྱ་ཆེན་རེ་རེའི་དབུ་ཐོག་ཏུ་འོད་ཟེར་རེ་རེ་འཕྲོས་ཏེ་  
དབང་བསྐྱར་མཛད་དོ། །

དེ་ནས་པལ་ཆེར་ཀྱིས་མཆོད་རྟེན་དེའི་ནང་ནས་རྩེ་བཅུན་གྱི་སྤྱད་ཕྱིར་འཕྲོས་ཏེ། ནམ་  
མཁའ་ནལ་ལས་དགྲེས་པ་རྒྱུ་རྒྱུ། འཁོར་ལོ་བདེ་མཆོག་གསང་བ་འདུས་པ། རྩེ་བཅུན་མའི་  
དགྱིལ་འཁོར། ལྷ་དང་ལྷ་མོ་དཔག་ཏུ་མེད་པས་བསྐྱོར་བ་དངོས་སུ་མཐོང་ཞིང་གཙོ་བོའི་  
ཐུགས་ཀར་ཐིམ་པ་དང་། དགྱིལ་འཁོར་དེ་ཡང་ནམ་མཁའ་འོད་དུ་རྩྱེལ་འདྲིལ་ནས་མཐར་འུར་  
ཕྱོགས་སུ་ཏལ་སོང་བ་ལ། མཆོད་རྟེན་དེའི་མཁའ་འགྲོ་རྣམས་ཀྱིས་དར་སྤྲོ་ཆོག་སྤྱོད་ཀྱིན་བཟུང་  
གསོལ་ནས་རིན་པོ་ཆའི་སྟོམ་བུ་ཞིག་གི་ནང་དུ་བཅུག་སྟེ། མཆོད་པ་དང་རོལ་ཆ་དཔག་མེད་  
དང་བཅས་ཏེ་འར་ཕྱོགས་སུ་གདན་དྲངས་སོང་བ་མཐོང་། ལ་ལས་རྩེ་བཅུན་འོངས་སྤྱོད་  
རྩོགས་སྤྱིའི་ཆ་བྱུང་ཅན། རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན་པའི་སངས་ལོ་ཆེབས་པའི་རྒྱལ་ལག་ནས་མཁའ་  
འགྲོ་རིགས་བཞིས་བཏེགས་འགྲོ་བའི་ཆེབས་མཐུར་རྩོམ་པ་མཁོས་ཁྲིད་དེ། དཔལ་བོ་མཁའ་  
འགྲོ་བས་མ་གྱིས་མི་བྱུང་པས་གདུགས་རྒྱལ་མཆོན་ལ་སོགས་པའི་མཆོད་པ་དང་རོལ་ཆ་སྤྲོ་  
ཆོག་སྤྱོད་འབྲུལ་བའི་འཁོར་གྱིས་བསྐྱོར་ནས་འར་ཕྱོགས་སུ་འབྱོན་པ་མཐོང་བ་དང་། མཆོད་རྟེན་



དེ་ཡང་མཁའ་འགྲོ་མ་དཀར་མེའི་གཤིས་དར་དཀར་གྱི་འདྲི་ལ་གདན་དྲངས་པར་མཐོང་བ་  
ལ་སོགས་ཏེ། ཡ་མཚན་ཞིང་ངོ་མཚར་བའི་རྟགས་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བོ། །

དེན་ས་ལྷ་པ་བུ་སྒྲོལ་རྣམས་གྱིས། གདུང་སྐྱལ་ཆད་པའི་མྱ་ངན་བྱས། སྒྲིལ་གསུམ་  
གྱིས་གསོལ་བ་དྲག་ཏུ་བཏབ་པས། སྐྱེ་མེད་པའི་མེ་བཙུན་གྱི་གསུང་འདྲ་བཞིག་ནམ་མཁའ་  
བྱུང་ནས། བུ་རྣམས་དེ་ཙམ་སྤྲུག་བསྐྱེད་བྱེད་མི་དགོས། བྱེད་རང་རྣམས་གྱི་མཚན་མའི་  
གདུང་སྐྱལ་དུ། རྒྱུ་མེ་ལི་ཀའི་ངོས་ལ་ཡིག་འབྲུ་བཞི་བྱོན་པ་མོས་གུས་གྱི་རྟེན་ཡོད་པས་  
བྲག་གི་འོག་ཏུ་ཆོལ་ཅིག་བྱ་བ་ཐོས་ནས། སུར་བལྟ་བའི་བྲག་སྤྲེགས་གྱི་སྒྲོར་ལ་བཙལ་  
བས། ལུང་བསྐྱར་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་སུར་རྟེན་ཏེ་དཔས། གདུང་སྐྱལ་ཆད་པའི་མྱ་ངན་སངས་པར་  
བྱུར་ཏོ། །ངོ་མཚར་ཅན་གྱི་སུར་རྟེན། དུས་དལྱའི་བར་དུ་ཡང་འགྲོ་བའི་དོན་ལ་དབེན་གནས་  
དཔལ་གྱི་རྒྱུད་བར་ན་བལྟགས་པ་ཡིན་ནོ། །དེན་ས་བུ་ཆེན་རྣམས་འབྲལ་མེ་བཙུན་ཞིང་ཁམས་  
གཞན་དུ་ཐེགས་པས་ཐུགས་སྒྲིལ་དུ། ཐུགས་མེ་བཙུན་གདུང་སྐྱལ་རྒྱ་བའི་ཞིང་དེར་འཁོར་  
གྱི་ཐོག་མར་སྐྱེ་བར་ཐག་ཆོད་ཅིང་། མེ་བཙུན་གྱི་མཛད་པ་ཐམས་ཅད་གྱིས་ཀྱང་བསྟན་པ་དང་  
སེམས་ཅན་གྱི་དོན་རྒྱ་ཆེན་འགྲུབ་པ་དང་། རང་རང་གི་ཐུགས་དམ་གྱིས་ཀྱང་དོན་གཉིས་  
འགྲུབ་པའི་གདེང་དང་ལྷན་པའི་ངང་ནས་ཀུན་ཞལ་འཆམ་སྟེ་དཔལ་ཆེམས་ལྟར། ཐལ་ཁའི་  
འོག་གི་གསེར་ལ་ལྟ་དགོས་ཏེ། མེ་བཙུན་གྱི་མཛད་པ་དེ་ལ་གསེར་འོང་དོན་རང་མེད་  
ནའང་། བཀའ་ཡིན་པས་ལྟ་དགོས་ཟེར་ཐལ་ཁ་བྱས་ཏེ་བལྟས་པས། ཀུན་གྱི་ཀའི་རྒྱལ་ཁག་  
ལ། གི་རྒྱུད་ཅེ་མོས་སྐྱེད་འོང་བ། ལྟག་པས་མེ་ཐོན་པ། མོས་གྱི་འོང་བ་གཅིག་དང་། ཀ་  
རྟེན་གསོག་ཅིག་ ཡིག་གཅིག་ཇི་ལ་འདུག་པ་བཟླགས་པས།

སྟོན་ན། སུར་རྟེན་འདི་དང་རྒྱུད་འདི་གི་རྒྱུད་འདིས་གཏུབས་པས་ཐད་པར་མི་འགྱུར་  
གྱིས་གཏུབས་ལ་སེམས་ཅན་ལ་ཅི་བྱེད་གྱིས། སུར་མ་མྱོང་ཆོད་རྒྱུ་ལ་རེག་ཆོད་དན་སོང་  
ལས་ཐར་པ་ཡིན་ཏེ། མི་ལ་རྒྱུད་པའི་རྟིང་དེ་འདྲིན་གྱི་ཐས་དང་གོས་ལ་རྒྱལ་བ་གོང་མ་རྣམས་

གྱིས་ཀྱང་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པ་ཡིན་ནོ། །སེམས་ཅན་སྤྱད་གི་རྣམས་དཔེ་མེད་ལྟ་བུ་གཅིག་  
 ཐོས་པ་ལ་དད་པ་སྦྱེས་པ་དེ་རྣམས་ལ། སྦྱོར་བ་དཔུན་གྱི་བར་དུ་དན་སོང་མེད་ཅིང་། ཆོ་རབས་  
 བདུན་དྲན་པར་འགྱུར་བ་རྒྱལ་བ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱི་ལུང་བསྟན་ཡིན་ནོ། །མི་ལ་རས་པ་ལ་  
 གསེར་ཡོད་ཟེར་བའི་མི་རྣམས་ཀྱི་ཁར་སྦྱག་གོང་ཞིག་ཀྱང་གཅིག་བྱུང་ཞིག་འདུག་པས། བྱ་  
 ཆེན་རྣམས་ཐུགས་ཁུལ་དང་ཐུང་ན་ཆེ་བར་ཡོད་པའི་ཆོ་ལང་། གསུང་དེ་བྱུང་བའི་མོད་  
 ལ། ཀུན་བཞད་གད་ཐེག་པ་ཞིག་བྱུང་ངོ་། །

སྤྲད་ན། རྣམ་འབྱོར་དཔེ་ཉིང་འཛིན་ཟས། མི་ཆེད་རིང་ལ་ཟས་ཐོས་པ། དངོས་  
 གྲུབ་གཉིས་འབྱུང་སྤྱིང་ཇེ་དེ་ཟས། །ཁ་རུ་སོང་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ། ཡི་དྲགས་སྦྱོབ་འི་  
 སྒོ་བཅད་ངོ་། །རས་དཀར་གཏུམ་མོ་ཤེས་རབ་གོས། །ལུས་སམ་མགུལ་དུ་བཏགས་པ་  
 རྣམས་ལ། ཆོ་གུང་དཔྱལ་བའི་སྦྱོ་སྒོ་བཅད། །བྱིན་རྒྱལ་ས་ཐོབ་པ་ཐམས་ཅད་ནི། །དན་སོང་  
 གསུམ་གྱི་གནས་ལས་ཐར། །ཆོས་འབྲེལ་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་ནི། །དེད་ནས་དན་སོང་མི་སྦྱོ་  
 ཞིང་། །རིམ་གྱིས་ཇོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐོབ། །མིང་ཙམ་རྣམས་སོང་བ་ལ། །དད་པ་  
 སྦྱོས་པའི་སེམས་ཅན་ཀུན། །ཆོ་རབས་བདུན་དུ་མིང་རུས་དྲན། །པོ་རྫོད་མི་ལ་རས་པ་  
 ང་། །སྤྲང་སྤྱིད་གསེར་དུ་སོང་བ་ལ། །བྱུང་ཐུམས་ཐིག་པོས་དགོས་པ་མེད། །བྱ་སྒོ་བའོ་  
 བོའི་བཀའ་བཞེད་སྦྱབས། །དེ་ཡིས་གནས་སྐྱབས་མཐར་ཐུག་གི། །དགོས་དོན་མཆོག་རབ་  
 འགྲུབ་པ་ཡིན། །ཞིས་བྱུང་འདུག་པས།

གྱི་དེས་བྱུར་དོག་གུང་ས་མེད་གྱི་བར་དུ་གཏུབས་པས། དང་པོ་དང་ཆེ་ཆུང་སྒྲོམས་པ་  
 རེ་རེ་བྱུང་། དེ་བཞིན་དུ་རས་གཏུབས་པས་ཀྱང་ཁ་རེ་རེ་བྱུང་བ་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བཀྲེལ་  
 སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་ལོངས་སྤྱད་པས། བད་པ་དང་སྦྱུག་བསྐྱེད་ཅན་རྣམས་ནད་དང་སྦྱུག་  
 བསྐྱེད་ལས་གྲོལ། སྒོ་དན་ཉོན་མོངས་ཅན་རྣམས་ཀྱང་དད་བརྩོན་ཤེས་རབ་སྤྱིང་ཇེ་ཆེ་བར་  
 བྱུང་ཅིང་མཐར་དན་སོང་ལས་ཐར་བ་དང་། བྱུང་ཐར་རས་མི་རབས་རེ་རེའི་བར་དུ་བད་མི་

ཤེས་པ་བྱུང་ངོ་། །ཕྱི་ལ་མཆོད་པ་ཕྱལ་བའི་ཆོ། མེ་ཏྲོག་གི་ཆར་ཁ་དོག་ལྷ་ལྷན་དང་བཞི་  
ལྷན་བབས་པ་རྣམས་ནི། ས་ལ་མི་འབབ་པར་མིས་མི་ཟིན་ཙམ་ནས་སྤྱར་གྱིན་དུ་ལོག་ནས་ནམ་  
མཁའ་ཡལ་འགྲོ་ཞིང་། དེ་དེ་གཉིས་གཉིས་ས་ལ་བབས་པ་རྣམས་ཀྱང་མིས་དེ་གམ་ཐག་  
ཡལ་འགྲོ་བ་མང་ཞིང་། མ་ཡལ་བ་རྣམས་བལྟ་བས་ཆོག་མི་ཤེས་སོ། །ཁ་དོག་གསུམ་ལྷན་  
མན་སྤྱང་མའི་གཤོག་པ་ལྟ་བུ་ས་ལ་ཆགས་པས་ཆུ་དབར་དུ་བོལ་རུབ་ཙམ་དང་། ས་ཕྱོགས་  
གཞན་དུ་སའི་མདོག་འགྱུར་བ་ཙམ་དུ་གྱུར་ཏོ། །

ཕྱི་མཆོད་ཕྱལ་ཟིན་པའི་རྗེས་སུ་ནམ་མཁའི་འཇའ་འོད་ལ་སོགས་པའི་ལྷས་རྣམས་རྗེ་  
ཕྱེད་ཕྱལ་སོང་ནས་ཡལ་བ་ཡིན་ཞིང་། སྤྱུ་འདྲེས་འདས་པའི་དུས་ཆེན་རྣམས་སུ། བམ་  
མཁའ་གཡལ་འདག་པ་ལ་མེ་ཏྲོག་གི་ཆར་ཁ་དོད་དང་བྲི་བཟང་། རོལ་མའི་སྤྱལ་སོགས་  
པའི་ལྷས་རྣམས་སྤར་རྗེ་ལྟ་བུ་བ་བཞིན་དུ་བྱུང་ཞིང་། གཞན་ཡང་ནམ་རྒྱ་དགུན་དུ་གྱུར་  
ཀྱང་། ས་ལས་མེ་ཏྲོག་སྤྲོལ་སྤྲོལ་འབྱུངས་པ་དང་། འཛིག་རྟེན་དུ་ལོ་ལེགས་དང་སྤྱུ་རྒྱལ་  
བྱུང་ཞིང་། དུས་ཀྱི་འབྲུག་པ་དང་ཡམས་དང་རིམས་ནད་ཞིབ་ལ་སོགས་ཏེ། ཡ་མཆོད་ཞིང་  
ངོ་མཆོར་བའི་རྟགས་རྣམས་རྒྱས་པར་བརྗོད་ན་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་ཅིང་བརྗོད་གྱིས་མི་ལང་བར་  
འདུག་པས། ཡི་གེ་མང་བ་ལ་འཛིགས་ནས་མ་བཞོད་དོ། །

དོན་དེལ་བ་ལ། རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕུག་ཆེན་པོ་མི་ལ་རས་པ་དག་པའི་ཞིང་དུ་  
གཤེགས་པའི་མཐར་རྣམ་ཐར་མཆོག་གི་མིག་རྒྱུན། ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་སྒྲོན་ལམ་བཟང་པོའི་  
མཐུས། སློབ་བརྒྱུད་རྣམས་ལ་གྲུབ་པ་ཐོབ་པའི་སྤྱིས་བུ་ནམ་མཁའི་སྤྱར་མ་ལྟ་བུ་དང་། ཕྱིར་  
མི་ལྷོག་པ་སའི་དེག་པ་ལྟ་བུ། ལམ་ཞུགས་ཀྱི་སྤྱིས་བུ་རྣལ་འབྱོར་པོ་མོ་དབལ་གྱིས་མི་ལང་  
ཞིང་། གཞལ་དུ་མེད་བྱུང་བས། སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཉིན་མོར་བྱས་ཤིང་། སེམས་  
ཅན་རྣམས་གནས་སྤོབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་སྤྱུག་བསྡུལ་རྒྱུ་འབྲས་དང་བཅས་པ་ལས་ལྷོག་  
ཅིང་། བདེ་བ་རྒྱུ་འབྲས་དང་བཅས་པ་ལ་བཞོད་པ་འདི་ཡིན་ནོ། །རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕུག་

ཆེན་པོ་དཔལ་མིའལ་རས་པའི་རྣམ་བུང་གི་མཛད་པ་དང་། འཕྲིན་ལས་རྣམས་རྫོགས་  
ནས། འགྲོ་རྣམས་ཆོས་ལ་བསྐྱལ་བྱིར་གཞུགས་སྐྱོཆོས་དབྱིངས་སུ་ཐིམ་ཞིང་། འཕྲིན་ལས་  
རྒྱ་ཆེན་པོ་སྲིད་མཐའི་བར་དུ་རྒྱུན་མི་འཆད་པས་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་འགྲོ་བའི་དོན་མཛད་  
པའི་མཛད་པ་སྟེ་དགུའོ། །

རྩོམ་མིའལ་པའི་དམ་མཁའ་འགྲོས་ལུང་བསྟན་པ་ལྟར་གྱི་བུ་སྟོབ་ལས་རས་པ་ཞིབ་  
འོད་དང་མཛེས་དུས་ཀྱི་མཁའ་ལྟས་ལྟར་གྱི་ཉི་མ་ལྟ་བུའི་མཉམ་མེད་དྲགས་པོ་རིན་པོ་ཆེ། ཟླ་  
བ་ལྟ་བུའི་གུང་ཐང་གི་རས་རྒྱུད་རྩོམ་གྲགས་པ། རྒྱ་སྐར་ལྟ་བུའི་ལྷོ་ལུང་གི་དན་ཆོང་སྟོན་པ་  
བྱང་རྒྱལ་རྒྱལ་པོ། རྒྱལ་ཁྲོམ་སྐད་ཀྱི་རས་པ་ཞིབ་འོད། མདོ་བཀྲའི་སོ་བན་རས་པ། གཉི་  
ཤང་གི་བྱིར་རས་པ། ལུས་ཀྱི་འབྲི་སྟོམ་རས་པ། རག་མའི་རས་པ་སངས་རྒྱལ་སྐྱབས་ཏེ་  
ཐུགས་ཀྱི་སྤྲས་བརྒྱད། གཤམ་སྟོམ་རས་པ། ལྷན་སྟོམ་རས་པ། མེས་སྟོམ་རས་པ། ཙ་  
ལུ་རས་པ། མཁར་རྒྱུད་རས་པ། རོང་རྒྱུད་རས་པ། ལྷག་སྟོམ་རས་པ་རྩོམ་པ་དང་  
ལྷག་ རྩོམ་རས་པ་དར་མ་དབང་ལྷག་ དམ་བརྒྱགས་ལུ་ལ། ལི་སྟོར་ལུ་ལ། ལོ་སྟོན་  
དགེ་འདུན། སྟོ་སྟོན་ལུ་གུ་ན། འབྲེ་སྟོན་བཀྲ་ཤིས་འབར་ཏེ་ཉེ་བའི་སྤྲས་བརྒྱ་  
གསུམ། ཐུགས་སྤྲས་དྲགས་པོ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། ཉེ་བའི་སྤྲས་ཕྱི་མ་ལྷན་སྟོན་སྟོམ་སོ་ཐར་གྱི་  
ཆ་ལུགས་ཅན་ཡིན་ནོ། །མཚོ་ལུའི་རས་རྒྱུད་མ། གཉའ་ནང་གི་ས་ལེ་འོད། གཙུང་གི་  
དཔལ་དར་འབུམ། ལྷམ་མོ་བོ་ཏ་མཁོ་ན་སྤྱིད་རྣམས་ནི་སྤྲས་རྣམས་ཀྱི་སྤྲིང་བཞི་སྟེ། ས་  
ལམ་མཐར་ཕྱིན་པའི་རྣལ་འབྱོར་པོ་མོ་ཉིར་ལ། རྩོམ་རས་པ་ལ་སོགས་ཏེ་སྐར་ཕན་ལྟ་བུའི་  
གནས་ལུགས་རང་ཞལ་མཐོང་བའི་རྟོགས་ལྷན་བྱིར་མི་ལྷོག་པ་བརྒྱ། རང་བྱུང་གི་སྟོམ་ཉམས་  
བཟང་པོ་འབྲུངས་པ་གོང་འཕེལ་དུ་གྱུར་ཅིང་ལམ་ལ་བྱོང་ཐོབ་པའི་སྟེམ་ཆེན་བརྒྱ་ཙ་  
བརྒྱད། འཇིག་རྟེན་འདིའི་བྱ་བ་བཏང་བའི་ཆོས་དང་མཐུན་དེས་ཀྱི་སྟོམ་ཆེན་པོ་མོ་ལམ་སྐྱེན་  
པ་སྟོང་ཙ་གཅིག་ ཆོས་འབྲེལ་ཐོབ་པས་ངན་སོང་གི་ལམ་རྒྱུན་ཆད་པའི་གདུལ་བྱ་སྐྱལ་ལུན་སྟེ།

པོ་མལ་པ་ཕྱིས་ལས་འདས་པ་སྟེ་མིའི་བྱ་སྒྲོལ་རྣམས་དང་། ཆོ་རིང་མཆོད་ལྷ་དང་ཡིང་པ་བྲག་  
སྒྲིལ་མོ་ལ་སོགས་ཏེ་དཀར་ཕྱོགས་སྒྲོང་བའི་མི་མ་ཡིན་གྱི་བྱ་སྒྲོལ་དཔག་གིས་མི་ལང་བ་རྣམས་  
བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །

དེ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་ཞིབ་ར་གཤེགས་ཆོ་བ་ཞུགས་པ་རྣམས་ཕུར་གྱི་བྱ་བ་རྣམས་ཇོགས་  
པའི་མཐར་། རྗེ་བཙུན་གྱི་བཀའ་བཞིན། ཕྱོགས་བཅུད་བཅུ་པའི་རི་ཁྲོད་སོ་སོ་ལ་བྱོན་ནས་ཀུན་  
གྱི་སྐྱེ་ཆོ་དང་སྐྱུ་བ་པ་མཉམ་པ་ཡིན་ཞིང་། བྱུང་བར་རས་རྒྱུད་པས་དྲགས་པོ་རིན་པོ་ཆའི་སྐྱེ་  
སྐལ་རྣམས་བསྐྱམས་ནས་སྤར་ཡང་དབྱུང་ཕྱོགས་སུ་བྱོན་པ་དང་། སྤམ་པོ་པ་ཡང་རྒྱུད་འཕྲིས་  
རུང་བྲམ་མའི་བཀའ་བྲན་ནས་ཡར་བྱོན་པ་ཡར་ལུང་ཕུ་ཤར་དུ་མཇུག་ཏེ་མི་ཉི་པའི་དབུ་ཞུ་  
དང་། ཨ་ཀ་རུའི་ཐུག་འཁར་ཕུལ། ལོ་རྒྱུས་རྣམས་བཏང་བས་ཡུག་ཅིག་ཐུགས་བྲན་མེད་དུ་  
སོང་བ་བཞེངས་པའི་མཐར་། བྲམ་མ་ལ་སྟེ་སྤྲགས་ཀྱི་གསོལ་འདེབས་མང་པོ་མཇོང་པ་  
རྣམས། སྤམ་པོ་པའི་རྣམ་ཐར་ན་གསལ་ལོ། །སྤམ་པོ་པས་རས་རྒྱུད་པ་ཁོང་རང་གི་  
བཞུགས་གནས་སུ་གདན་དྲངས་ཏེ། བདེ་མཆོག་སྐྱན་བརྒྱུད་ཀྱི་ཆོས་སྒྲོམ་རྣམས་ཇོགས་པར་  
གསན། རས་རྒྱུད་པས་ཀྱང་ཆོས་དང་ཁོང་རང་གི་སྐྱེ་སྐལ་རས་ཀྱི་ན་བཟའ་རྣམས་ཕུལ་ནས་  
ལོ་རོ་དོལ་གྱི་དགོན་པར་བྱོན་ཏེ་བཞུགས་པའི་མཐར་སྐྱུ་ལུས་འདི་ཉིད་ཀྱིས་མཁའ་སྤྱོད་དུ་བྱོན་པ་  
ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་ཐུགས་སྤམ་ཞིབ་འོད་དང་བྱིར་རས་པ། སྤིང་བཞིའི་རས་རྒྱུད་མ་དཔལ་  
དར་འབྲུམ་ས་ལེ་འོད་རྣམས་ཀྱང་སྐྱེ་ལུས་འདི་ཉིད་ཀྱིས་མཁའ་སྤྱོད་དུ་བྱོན་པ་ཡིན་  
ཞིང་། གཞན་རྣམས་སྐྱེ་ཡལ་ཚུལ་བསྟན་པའི་མཐར་མཁའ་སྤྱོད་དུ་བྱོན་པ་ཡིན་ནོ། །ཐུགས་  
སྤམ་སྐྱེ་ཆོ་འདི་ཉིད་ལ་མཁའ་སྤྱོད་དུ་བྱོན་པ་རྣམས་ཀྱི་ཡ་མཚན་ཞིང་ངོ་མཚར་བའི་ཆེ་བ་  
དང་། སྐྱེ་ཡལ་ཚུལ་བསྟན་པ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱུ་གདུང་རིང་བསྐལ་མཇོང་པ་དང་འཕྲིན་ལས་རྣམས་

གྱི་འབྲས་བུ་མཆོག་གིས་བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པ་བགྱིས་པ་  
ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་སྤྱོད་མེད་སྲིད་པ་འཇིག་རྟེན་པའི་མཛད་པ་གསུམ་དང་། མཆོག་གྱུར་ནི་བ་མུ་  
ངན་ལས་འདས་པའི་མཛད་པ་དགུ་སྟེ། ཡ་མཚན་ཞིང་ངོ་མཚར་བའི་མཛད་པ་བཙུག་ཉིས་གྱི་  
སྟོན་ས། ཆོ་གཅིག་དང་ལུས་གཅིག་གིས་སྐྱབ་ནི་ཡེ་ཤེས་ལཱའི་བདག་ཉིད་བྱུང་བ་དག་དོན་ཇི་  
འཆང་ཆེན་པོའི་གོ་འཕང་བརྟེན་ཏེ། སངས་རྒྱལ་གྱི་ཞིང་ཐམས་ཅད་བྱང་ཞིང་དག་པ་  
དང་། སེམས་ཅན་རྣམས་སྤྱོད་ཅིང་གོ་ལ་བར་མཛད་པའི་སྐྱེས་བུ་མཆོག་རབ་དམ་པ་མི་ལ་  
བཞད་པ་དོན་ཇི་རྣམ་པར་ཐར་པ། ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁུན་པའི་ལམ་སྟོན། མཁའ་བྱུང་  
གྱི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་སྲིད་ནིའི་དཔལ་འབྱོར་རྒྱུ་མི་འཆད་དུ་སྟོལ་བར་མཛད་པའི་དགེ་  
ལེགས་གྱི་དགའ་སྟོན་ཆེན་པོ་འདི་ཉིད། དགེ་ཞིང་བཟླ་ཤིས་པ་དགེ་ལེགས་འཕེལ་བར་གྱུར་  
ཏོ། །

སྐྱེས་བུ་མཆོག་རབ་ཇེ་བཙུན་མི་ལ་དེའི། རྣམ་ཐར་ནོར་བུ་འཕྲིན་ལས་འོད་འཕྲོ་  
བས། སངས་རྒྱལ་ཀུན་གྱི་བསྟན་པ་ཉིན་མོར་མཛད། སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་དགོས་འདོད་རེ་  
བ་བསྐྱངས། རྒྱལ་བ་གོང་མ་མཉེས་པའི་མཆོད་མཆོག་མཛོད། རྣམ་ཐར་ཐོག་མཐའ་སྟན་  
དངགས་རྒྱལ་གྱིས་མཛོད། མཁའ་པ་སྐྱོས་པ་ཅན་ཆོའི་དགའ་སྟོན་མཛོད། རྣམ་ཐར་ཆོག་  
གིས་དད་གུས་སྤྲུལ་ལོངས་ལོ། བཙུན་པོ་ངེས་འབྱུང་ཅན་ཆོའི་དགའ་སྟོན་མཛོད། རྣམ་ཐར་  
དོན་གྱིས་བདེན་གཉིས་དབྱེར་མེད་སྟོན། བཟང་པོ་ཉམས་སྤྱོད་ཅན་ཆོའི་དགའ་སྟོན་མཛོད། །  
རྣམ་ཐར་མཐོང་བས་ཆོས་བརྒྱད་སྟོན་ལས་གོལ། བྱ་བ་དང་མཛོད་ནི་ཞེན་སྤངས་པའི་དགའ་  
སྟོན་མཛོད། རྣམ་ཐར་ཐོས་པས་དད་པ་དབང་མེད་སྟེ། སྐལ་ལྷན་ལས་འཕྲོ་ཅན་ཆོའི་དགའ་  
སྟོན་མཛོད། རྣམ་ཐར་བྲན་པས་འབྲི་བ་བཅོན་ཐབས་ཆོད། ཀུན་མཁུན་ཆོའི་དེར་སྐྱབ་པའི་  
དགའ་སྟོན་མཛོད། རྣམ་ཐར་རིག་པས་དོན་གཉིས་ལྟུན་གྱིས་འགྲུབ། བསྟན་འཛིན་འགྲོ་དོན་

མཛད་པའི་དགའ་སྟོན་མཛོད། ། རྣམ་ཐར་བསྐྱེད་སྤྱོད་པའི་དགོངས་པ་རྫོགས། །  
བརྒྱུད་འཛིན་བཀའ་བཞིན་སྦྱབ་ཆོའི་དགའ་སྟོན་མཛོད། ། རྣམ་ཐར་ཐུགས་རྟེན་སྤྱོད་བསྐྱེད་སྤྱོད་པའི་  
ལུས་སྦྱོབ། ། ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་དགའ་སྟོན་མཛོད། །

དགའ་སྟོན་འབྱུང་གནས་སྤྱོད་བསྐྱེད་སྤྱོད་པའི་མཛོད་ཏོག་ཏུ་གྱུར་པའི་བཞད་པ་རྩེ་རྩེ་རྣམ་  
ཐར་ལོ་བུ་ཆད་མེད་རྣམ་བཞིའི་དཔལ་གཟི་ལྷན་པས་འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་སྤྱི་དཔེའི་དགོས་འདོད་  
དགའ་སྟོན་འབྱུང་བྱེད་བྱེད་པའི་ལྷན་པས་རྣམ་དག་མཛོད་པ་ལུས་ཞིང་དགོས་འདོད་  
སྦྱོལ་བར་གསོལ་བ་བཏབ་པས་འཁོར་བའི་མལ་དུ་དུག་ལྷའི་ནད་ཀྱིས་མཛར་བ་རྣམས་ལ་ནད་དོ་  
ཅོག་གི་གཉེན་པོར་གྱུར་པ་ཡི་ཤེས་ལྷ་ཡི་སྤྱན་མཛོག་ཆར་དང་ནི། ཟག་མེད་ལོ་རྒྱུས་ཤོངས་  
པར་གྱུར་ནས་སྤྱོད་བསྐྱེད་སྤྱོད་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་འདོད་ཡོན་  
འཕགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་དག་གིས་དགའ་སྟོན་བྱེད་པའི་དགའ་བ་མཛོག་དེས་འགྲོ་བ་སྤྱི་དཔེའི་  
དབྱེད་ཤོངས་ཀུན་བསལ་ནས། མི་ལ་རས་པའི་མཛོད་ཐོས་པས་ཀྱང་ཆོ་འདིར་རྩེ་རྩེ་འཆང་  
དབང་ཐོབ་ནས་དཔག་མེད་བསྐྱེད་སྤྱོད་པས་མཁའ་ཁྱབ་འགྲོ་བ་ཀུན་སྤྱོད་པའི་དཔལ་ལ་འགོད་པའི་  
མཐུ་དང་རྣམ་པ་ཐོབ་ཕྱིར་བསྐྱེད་སྤྱོད་པའི་བཞིན་དུ་འབྱུང་གྱུར་ཅིག །

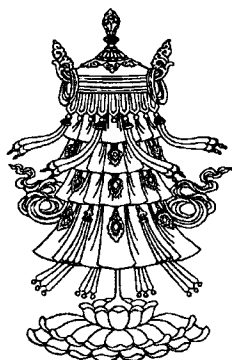
རྣམ་འགྲོར་གྱི་དབང་ཐུག་དམ་པ་རྩེ་བཅུ་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་པར་ཐར་པ། ཐར་པ་  
དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ལམ་སྟོན་མཁྱེད་ཆེད་དང་བཅས་པ་འདི་ཉིད། རྩེ་བཅུ་གྱི་རྣམ་  
ཐར་མང་དུ་མཐོང་ནའང་། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྟོབ་དཔོན་གྱི་ཞལ་ནས་བྱུང་བའི་ལྷ་བ་བཞིན་  
དུར་ཁྱོད་ཉུལ་བའི་རྣམ་འགྲོར་པ་རུས་པའི་རྒྱུ་ཅན་གྱིས། ཕུར་བུའི་ལོ་སྟོན་རྒྱུ་འབྱེད་པའི་ཡར་  
ཆོས་བརྒྱུད་ལ། མ་དང་མཁའ་འགྲོ་འདུ་བའི་གནས་ཆེན་འགྲོག་ལ་སྤྱི་གཤམ་གྱི་ར་བར་དག་  
ཅིང་རྫོགས་པར་ཡི་གེར་བཀོད་པ་འདིས་ཀྱང་། བསྐྱེད་སྤྱོད་པའི་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་བདེ་རྒྱ་ཆེན་  
པོ་འཁོར་བ་མ་སྟོངས་ཀྱི་བར་དུ་འབྱུང་བར་གྱུར་ཅིག། !!སྤྱན་མཛོག་ལོ་

རྣམ་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོག་ཅིག་དུ།  
 གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཚོས་ཚུལ་དལ་འབབས་གྲུང་།  
 ཆོག་གི་གཟེགས་མ་རེས་ཀྱང་དུག་གསུམ་གྱི།  
 ཇི་མ་ཡོངས་འབྱུང་ལེགས་བཤད་བདུད་ཅི་འདི།

དཔར་དུ་བསྐྱེན་པའི་རྣམ་དཀར་ཕུང་པོའི་མཐུས།  
 ཡང་དག་ཚོས་ཀྱི་སྒོ་མོ་སྒོང་ཕག་བརྒྱ།  
 གདངས་ཏེ་རྒྱུད་ལཱི་འགོ་བ་མ་ལུས་པ།  
 ཇེས་ལེགས་ཅོར་བུའི་མཇོད་ལ་དབང་འབྱོར་ཤོག། ॥

ལྷ་ཀྱའི་དགེ་སྒོར་ཆོས་སྤྲོ་བ་ངག་དབང་སྒོ་བཟང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོས་སྤར་བའོ།

དཔལ་ལྷན་སྤྲོ་ལྷིག་ཚང་གིས་བཀོད་བྱུང་གནང་དོན་ལྟར་འཕགས་ཡུལ་སེར་སྤང་བྱ་ཚང་གི་སྒོག་གྲུང་ལྷེ་ཚོན་  
 རས་པར་རྩ་བསྐྱེན། གཏན་སྒོ་བ་ཆོས་དགེ་ཟུར་པ་སྤང་གཙང་དགེ་འཕེས་སྒོ་བཟང་དཔལ་ལྷན་ལགས་དང་། ཉག་ཏེ་ས་  
 ལྷ་པའི་གསུང་འབུམ་དཔར་བསྐྱེན་ལས་གཞིའི་ཞུ་དག་པ་རེ་བཀོད་བཀྱ་གིས་སོགས་རྣམ་ཞུས་དག་གནང་བ་བཅས་འདིས་  
 ཀྱང་རྒྱལ་བསྟན་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པའི་རྒྱུར་གྱུར་ཅིག། ॥





# DEDICATION OF MERIT

May the merit and virtue  
accrued from this work  
adorn Amitabha Buddha's Pure Land,  
repay the four great kindnesses above,  
and relieve the suffering of  
those on the three paths below.

May those who see or hear of these efforts  
generate Bodhi-mind,  
spend their lives devoted to the Buddha Dharma,  
and finally be reborn together in  
the Land of Ultimate Bliss.  
Homage to Amita Buddha!

## NAMO AMITABHA

南無阿彌陀佛

《藏文：密勒日巴尊者傳》

財團法人佛陀教育基金會 印贈

台北市杭州南路一段五十五號十一樓

Printed and donated for free distribution by

**The Corporate Body of the Buddha Educational Foundation**

11F., 55 Hang Chow South Road Sec 1, Taipei, Taiwan, R.O.C.

Tel: 886-2-23951198, Fax: 886-2-23913415

Email: [overseas@budaedu.org](mailto:overseas@budaedu.org)

Website: <http://www.budaedu.org>

**This book is strictly for free distribution, it is not for sale.**

ཕུག་དཔེ་འདི་ཚོས་སྤྱོད་དུ་འབྲུལ་བྱུང་ལས། ཚོར་བསྐྱར་མི་ཚོགས་བ་དགོངས་འཇགས་ཞུ།

Printed in Taiwan

7,000 copies, Dec 2003

TI099-3533





As this is a Dhamma text,  
we request that it be treated with respect.  
If you are finished with it,  
please pass it on to others or  
offer it to a monastery, school or public library.  
Thanks for your co-operation.  
**Namo Amitabha!**



《藏文：密勒日巴尊者傳》

財團法人佛陀教育基金會 印贈

台北市杭州南路一段五十五號十一樓

Printed and donated for free distribution by

**The Corporate Body of the Buddha Educational Foundation**

11F., 55 Hang Chow South Road Sec 1, Taipei, Taiwan, R.O.C.

Tel: 886-2-23951198, Fax: 886-2-23913415

Email: [overseas@budaedu.org](mailto:overseas@budaedu.org)

Website: <http://www.budaedu.org>

**This book is for free distribution, it is not for sale.**

ཐུགས་འདུན་འཛིན་སྒྲིལ་བྱ་འབྲུལ་གྱི་ལས། ཚོང་བསྒྲུ་རུ་མི་ཚོགས་ལ་དགོངས་འཇགས་སྒྲ།

Printed in Taiwan

TI099